

---

# Filety z piersi kurczaka

Dodano: 2000-08-20 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 11515 razy.

Filety z piersi kurczaka/kury lekko obtluczone (jak na schabowy, tyle ze lzej), natarte czosnkiem, obtoczone w bulce tartej i jajku (tez jak na schabowy), ale z dodatkiem pieprzu ziolowego, estragonu, imbiru i smazone na niewielkiej ilosci oleju.

From: "Michał R. Hoffmann" <misiek@knm.org.pl>

Można też tak: filety z piersi kurzej lekko potłuc, lekko osolić , posypać bazylią (świeżą lub suszoną). Smażyć na patelni teflonowej z dosłownie kropelką oleju. Po przewróceniu na drugą stronę przykryć każdy kotlet plasterkiem szynki (gotowanej, lub może być też szynka parmeńska, oba warianty są dobre), na to położyć plasterki pomidora, a na pomidor plasterki żółtego sera. Przykryć patelnię i potrzymać na małym ogniu około 5 minut. Podawać z ryżem i jakąś sałatką.

pozdrawionka,

From: Aneta Baran <baran@chocolate.cern.ch>

---

fajna sprawa.już próbowałem i smakowało extra, szczególnie mojej córeczce.gorąco polecam-dzieki za przepis  
Nadesłał(a):Maross <hrdevahna@wp.pl> 2006-04-02 20:04:04