

Kotlety drobiowe z udka kurczaka



Autor: **GREGORSPEED**
Przepisów: **2308** Ocena: **51245**

1-2 os. > 60 min łatwe tanie



Składniki:

- 4 trybowane udka z kurczaka
- 250 ml jogurtu naturalnego
- 1/2 łyżeczki bazylii
- 1/2 łyżeczki oregano
- 1/4 łyżeczki suszonego czosnku
- 1/4 łyżeczki mielonej gorczycy
- 1/4 łyżeczki mielonego imbiru
- 1 szklanka maki kukurydzianej
- 2 jajka
- 1 pełna szklanka panierki razowej
- sól, pieprz

Sposób przygotowania:

- 1 Mięso oczyszczamy.
Jogurt mieszamy z przyprawami. Do smaku doprawiamy solą oraz pieprzem.
Mięso mieszamy z marynatą, odstawiamy w zimne miejsce na 12 h. Co jakiś czas mieszamy.

Udka wyjmujemy z marynaty, obtaczamy w mące, rozkłóconych jajkach i panierce.

Smażymy na rumiano. Osączamy na papierowym ręczniku.

Przez kilka minut po usmażeniu przykrywamy, wtedy będą bardziej soczyste, a mięso „dojdzie” w punkt.



Twoje notatki do przepisu: