Филе курицы в кляре

Добавил(а) Оля
05.01.10 14:15 - Последнее обновление 03.02.10 05:30





Продукты для рецепта

- Филе курицы - 0,5 кг.
- Яйцо - 3 шт.
- Мука - 2-3 ст.л.
- Масло растительное.

- Соль, перец, специи
- Время приготовления 15 мин.



Кляр.

Яйца солим, перчим, взбиваем вилкой.

Добавляем муку, хорошо перемешиваем до консистенции густой сметаны, чтоб небыло комочков



Филе курицы.

Мясо нарезаем тонкими пластами, солим, перчим.



Филе курицы в кляре.

Обмакиваем в кляр и обжариваем на растительном масле по 4-5 мин с каждой стороны.

Мясо плучается очень сочным и нежным.

Приятного аппетита!!!

{kunena_discuss:12}