



Tekst i zdjęcie: **Sesorek** - Kuchcik (142)

Filety drobiowe w migdałach

Urozmaicenie tradycyjnego "kotleta" ;)

Czas przygotowania: do 15 min

Stopień trudności: Łatwe

Pora dnia: Obiad

Sposób przygotowania: pieczone

Liczba porcji: cztery

☒ idealne dla dzieci

Składniki:

- filet z kurczaka, 2 szt.
- bułka tarta , 1 szt.
- jajka, 1 szt.
- olej słonecznikowy, 1 szt.
- migdały blanszowane, 1 szt.

Sposób przygotowania:

Przygotowujemy fileta, od krajaając tłuszcz. Z dwóch filetów, tworzymy cztery kotlety i lekko rozbijamy je tłuczkiem. Następnie maczamy je w jajku rozbełtanym z wegetą. Kiedy mięso pokryte jest jajkiem, posypujemy je migdałami, a następnie bułką tartą. Smażymy na oleju, dopóki nie będą "złote".Smacznego! ;)

