

FILECIKI Z KURCZAKA ZAGRODOWEGO W CHRUPIĄCEJ PANIERCE KUKURYDZIANEJ Z SOSEM JOGURTOWYM I SZCZYPIORKIEM

do 45 min

Lista składników:

1 łyżka mąki pszennej
100ml jogurtu naturalnego
2 garści płatków kukurydzianych
2 jajka
8 filecików z Kurczaka Zagrodowego
olej rzepakowy
pieprz
sok z ½ cytryny
sól
szczypiorek



Jogurt połączyć z sokiem z cytryny, posykanym szczypiorkiem, doprawić do smaku i odstawić do lodówki. Fileciki z Kurczaka Zagrodowego oprószyć solą, pieprzem oraz mąką a następnie zanurzyć w rozkłóconym jajku i rozgniecionych płatkach kukurydzianych. Smażyć na rozgrzanej patelni z każdej strony. Gdy kawałki mięsa będą większe, mięso po obsmażeniu wstawić na kilka minut do nagrzanego piekarnika. Chrupiące fileciki maczać w przygotowanym wcześniej sosie jogurtowym.