

KurczaPaka na zielonej pierzynie

Przepis dodany przez użytkownika baca426



Filet z kurczaka ze szpinakiem

Czas przygotowania: 40 minut

Ilość porcji: 3-4

Stopień trudności: bardzo łatwe

Koszt: 20 PLN

Potrzebne składniki:

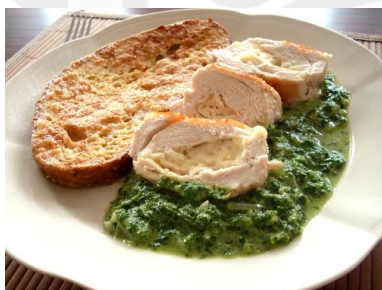
- filet z kurczaka - 2 szt.
- szpinak - 500 g
- ser typu camember - 1 szt.
- jajka - 1-2 szt.
- chleb pszenny - 1 szt.
- sól -
- pieprz -
- olej -
- papryka mielona -
- czosnek - 2 ząbek(ząbki)
- cebula - 1 szt.
- śmietana kwaśna - 1-2 łyżka(i)

Przydatne akcesoria:

Dwie patelnie + ronderek

Etapy przyrządzania:

1.



Na roztopione masło dodać szpinak pokrojoną cebulę i wgnieciony czosnek wszystko dusić do miękkości w ostatnim etapie dodać sól i pieprz do smaku oraz wlać śmietanę która powinna się zredukować i zagęścić.

Filety opłukać zrobić nożem naciąć kieszonki i nadziać serem oprószyć delikatnie mąką i pieprzem oraz solą >Rozgrzać patelnie z olejem i smażyć aż do miękkości. Rozbić jajka i roztrzepać dodać sól i pieprz oraz słodką lub pikantną paprykę panierować kromki pieczywa pszenne i upiec na rozgrzanym oleju.

Jak podawać?

Na ciepło

Uwagi:

Przepis podpatrzyłem w TVP