Fit drobiowy schabowy :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **danie główne**

Warto wiedzieć:

15 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- mielone mięso z piersi kurczaka - 60 g
- mielone mięso z piersi indyka - 60 g
- pieprz ziołowy i prawdziwy, majeranek, sól himalajska - do smaku
- sezam - 1 łyżeczka
- olej kokosowy - 1 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Mięsa i przyprawy wymieszaj dokładnie ze sobą. Posyp z jednej strony sezamem.

KROK 2: Na patelni rozgrzej olej koksowy i smaż z obu stron do przyrumienienia.

KROK 3: Podawaj z warzywami, do obiadu :)