Kotlety schabowe z brokułami i serem

Renixx

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **arabska, polska**

Warto wiedzieć:

30 min | łatwy | 3 porcje

Składniki:

- kotlety schabowe - 3 szt.
- ser żółty - 3 plaster
- brokuł - 1/2 szt.
- jajka - 2 szt.
- czosnek - 1 ząbek
- bułka tarta - 1/2 szklanka
- mąka pszenna - 3-4 łyżka
- sól - do smaku
- pieprz - do smaku
- olej do smażenia - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Brokuł umyć, podzielić na różyczki i ugotować na pół miękko w osolonej wodzie, odcedzić, ostudzić.

Mięso umyć, osuszyć papierowym ręcznikiem, zbić tłuczkiem przez folię na cienkie płaty. Natrzeć zmiażdżonym czosnkiem, oprószyć solą i pieprzem.

KROK 2: Na każdy płat mięsa ułożyć po plasterku żółtego sera i kilka kawałków brokuła. Mięso złożyć na pół, spiąć wykałaczkami. Oprószyć mąką, zanurzyć w roztrzepanych jajkach i obtoczyć w bułce tartej.

Smażyć na rozgrzanym oleju z obu stron na złoty kolor.

Usmażone osączyć z nadmiaru tłuszczu na papierowym ręczniku.