Kotlety z jarmużem i serem feta

Stokrotka

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

40 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

kotlety schabowe - 2 szt.
liście jarmużu - 8-10 szt.
ser feta - 5 dag
masło - 1 łyżka
czosnek - 1 ząbek
sól, pieprz - do smaku

Panierka -
mąka - trochę
bułka tarta - trochę
jajko - 1 szt.
czarny sezam - 1-2 łyżka
olej do smażenia -

Sposób przygotowania:

KROK 1: Umyte mięso osuszyć papierowym ręcznikiem, rozbić tłuczkiem przez folię, oprószyć solą i pieprzem, natrzeć połową zmiażdżonego czosnku.

KROK 2: Jarmuż blanszować, osączyć, usunąć grube łodyżki, liście drobno posiekać. Na patelni rozgrzać masło, dodać pozostały czosnek i posiekany jarmuż, podsmażyć, przyprawić pieprzem, ostudzić.

KROK 3: Na przygotowane mięso włożyć porcję jarmużu i sera.

KROK 4: Złożyć na pół, brzegi zbić tłuczkiem do mięsa lub spiąć wykałaczkami.

KROK 5: Panierować w mące, roztrzepanym jajku i bułce tartej wymieszanej z sezamem.

KROK 6: Smażyć na rozgrzanym oleju z obu stron na złoty kolor. Usmażone kotlety osączyć na papierowym ręczniku.