

## Kurczak w parmezanowej panierce

data aktualizacji: 2021.04.25 autor: Redakcja



### Składniki:

- 1 większy filet kurczaka (około 300 g)
- 2 łyżki tartego parmezanu (na dużych lub drobnych oczkach)
- 2 łyżki bułki tartej
- łyżeczka przyprawy do szaszłyków
- 1 jajko
- szczypta soli
- olej do smażenia

### Sposób przygotowania:

Filet z kurczaka pokrój poziomo na połowę i tylko lekko rozbij tłuczkiem. W jednym głębokim talerzu roztrzep jajko ze szczyptą soli. W drugim wymieszaj tarty parmezan z bułką tartą i przyprawą do szaszłyków. Kawałki kurczaka mocz kolejno w jajku, później obtocz w bułce z parmezanem. Kładź na rozgrzany olej i smaż na średnim ogniu z obu stron.

Kurczaka smaż bez przykrycia - wtedy będzie chrupiący

Przekrojenie fileta jest konieczne - jeśli spróbujesz usmażyć go w całości, jest ryzyko, że w środku będzie surowy.

Źródło: <https://eglos.pl/aktualnosci/item/38462-kurczak-w-parmezanowej-panierce>