

## Куриная отбивная в сырном кляре

2011-08-02 16:50:35



Это блюдо очень универсально, его можно подавать как горячее, а также очень вкусно делать с ним бутерброды и брать их на пикник. И один очень важный совет - мясо должно быть комнатной температуры, иначе кляр во время жарки будет от него отходить, поэтому отбейте, посолите и оставьте на полчаса.

**Нам понадобится:** 2 куриные грудки 3 яйца 5 ст.л. муки соль, перец 50г. натёртого твёрдого сыра базилик по желанию

Куриные грудки нарезаем на плоские равные кусочки, порциями закладываем в пакет или под пищевую плёнку и отбиваем. Но не увлекайтесь, чтобы не нарушить волокна. Солим и перчим.

Для кляра яйца взбиваем с мукой и солью, добавляем натёртый сыр и измельчённый базилик, по желанию можно добавить ещё зубчик чеснока.

Сковородку хорошо разогреваем, окунаем отбивную в кляр, немного стряхиваем излишки и кладем на сковороду. Обжариваем по 5 минут с каждой стороны.



**Приятного аппетита!**

© [www.njama.ru](http://www.njama.ru)