

Szaszłyk warzywny w mięsie



Autor: **Rena1**

Przepisów: **258** Ocena: **1174**



1-2 os.



30 min



łatwe



przystępne

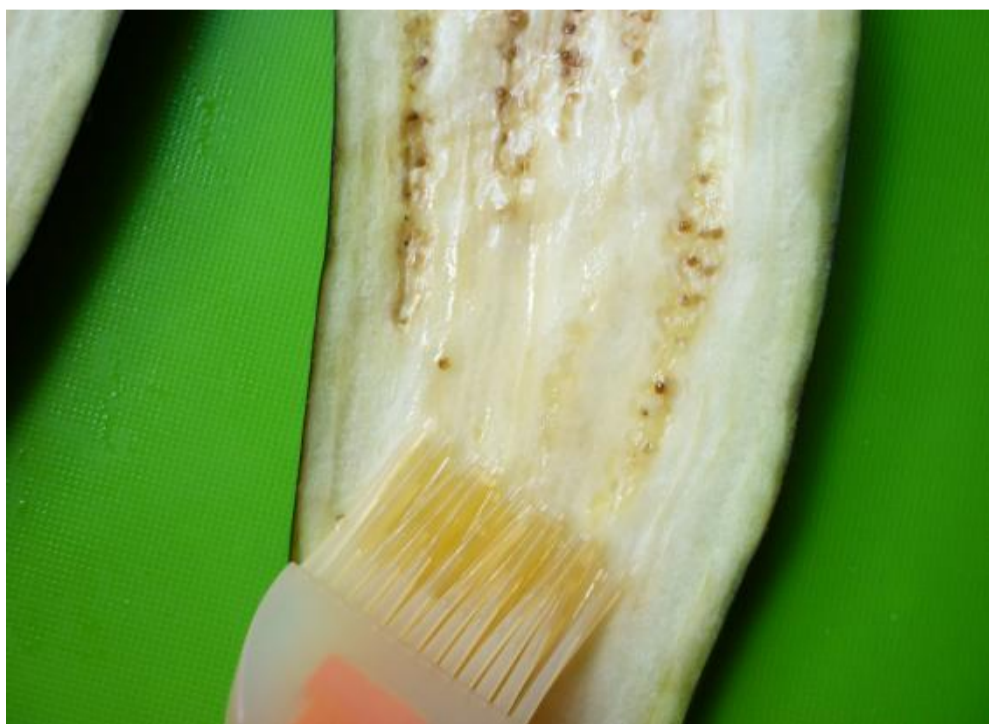


Składniki:

- filet z kurczaka 1 szt
- czosnek 1/2 ząbka
- pieczarki marynowane 2 szt
- papryka czerwona kawałek
- papryka zielona kawałek
- bakłażan kawałek
- ser żółty 2-3 kostki
- cukinia 2-3 kostki
- sól i pieprz do smaku
- jajko 1 szt
- mąka pszenna
- bułka tarta
- oliwa do smażenia

Sposób przygotowania:

- 1 Mięso umyć, osuszyć, zbić tłuczkiem przez folię na cienkie płaty. Natrzeć zmiądzonym czosnkiem, oprószyć solą i pieprzem. Krążek bakłażana oprószyć solą na 15 minut. Następnie opłukać, osuszyć, posmarować oliwą i upiec na grillu.



- 2 Na patyczek do szaszłyków nabić pieczarki marynowane, pokrojony w kostkę żółty ser, paprykę, cukinię i grillowanego bakłażana.

Zawinąć w przygotowane mięso, spiąć wykałaczkami.



- 3 Oprószyć mąką, zanurzyć w roztrzepanym jajku i obtoczyć w bułce tartej. Smażyć na rozgrzanej oliwie ze wszystkich stron na złoty kolor. Przed podaniem usunąć wykałaczki i patyczek do szaszłyków.



Twoje notatki do przepisu: