

[Filet z kurczaka w cieście](#)



Piękny, złoty filet. Na zewnątrz chrupiący, wewnątrz mięciutki, soczysty i wbrew pozorom – chudy. Idealny do frytek i do ziemniaczanego puree. Jest też pyszny na zimno, na przykład z majonezem i z białym pieczywem. Jediną jego wadą jest to, że podczas smażenia niemiłosiernie pryska, więc patelnia z przykrywką jest nieodzowna. Zapewniam jednak, że warto.

Składniki:

- jedna podwójna pierś z kurczaka
- 2 całe jajka
- 3 łyżki mąki pszennej
- 4 łyżki mąki ziemniaczanej
- sól, pieprz, czosnek granulowany do smaku
- olej do smażenia

Wykonanie:

1. Pierś z kurczaka myjemy i kroimy w poprzek na kotlety. Solimy, sypimy pieprzem i czosnkiem do smaku, odstawiamy na kilkanaście minut.
2. W misce mieszamy obie mąki z jajkami, najlepiej widelcem. Powinniśmy uzyskać ciasto o konsystencji dość gęstej, ale lejącej. Jeśli ciasto jest zbyt gęste, wbijamy dodatkowe jajko (można też wlać odrobinę mleka), jeśli za rzadkie, dosypujemy odrobinę mąki ziemniaczanej.

3. Na patelni - koniecznie z przykrywką - rozgrzewamy olej.

4. Kotlety maczamy w cieście tak, by były dokładnie oblepione. Najwygodniej robić to widelcem lub palcami. Kładziemy na rozgrzany olej i smażymy na niedużym ogniu na złoto. Zanim odwrócimy mięso na drugą stronę, zestawiamy patelnię z ognia i chwilę odczekujemy. Potem przewracamy i dosmażamy z drugiej strony na złoto.