



ESKALOPKI CIEŁĘCE W SOSIE KURKOWYM

Składniki:

- 200 gram udźca cielęcego bez kości
- 150 gram kurek (blanszować 4 minuty we wrzącej osolonej wodzie)
- 150 ml śmietany 36%
- natka pietruszki
- sól
- pieprz
- oliwa

Wykonanie:

- mięso rozbić w poprzek włókien na cieniutkie eskalopki (rozbijać z dwóch stron)
- doprawić solą i pieprzem
- smażyć na oliwie z dwóch stron po 1 minucie
- ściągnąć mięso z patelni, dodać kurki i podlać śmietaną
- włożyć mięso i smażyć kilka razy odwracając
- podczas redukowania doprawić solą i pieprzem
- pod koniec dodać pokrojoną natkę pietruszki

Przepis autorstwa Mistrza Kulinarneho Marcina Szukaja – Członka Zarządu EURO-TOQUES.

www.DietaBezglutenowa.pl