

Wiosenny sznycel z jajem sadzonym

czas: 45 minut

ilość: 4 porcje

poziom: 0

Składniki:

- 4 kotlety wieprzowe
- 5 jaj Kotliny Natury
- 3 łyżki mąki
- 8 łyżek miks ziaren (słonecznik, sezam biały i czarny, pestki dyni)
- 100 g panko
- 800 g młodych ziemniaków
- 1 czerwona cebula
- 1 pęczek koperku
- 1 cytryna
- ½ łyżki musztardy
- olej roślinny
- sól i pieprz czerwony

Przygotowanie

1. Włóż ziemniaki do garnka i zalej zimną wodą. Porządnie posól i postaw na średnim ogniu. Doprowadź do wrzenia, zmniejsz ogień i gotuj przez 10–12 minut, aż ziemniaki będą miękkie. Odcedź i odstaw, by odparowały.
2. Rozbij schabowe. Usuń skórę i nadmiar tłuszczu, następnie umieść kotlety między dwoma arkuszami papieru do pieczenia. Używając ciężkiego rondla, rozbij je na cienkie plasty.
3. Przygotuj trzy miski: jedną z mąką, drugą z roztrzepanym jajem, a trzecią z mieszanką ziaren i bułki tartej.
4. Dopraw kotlety solą i pieprzem, obtocz kolejno w mące, jajku i panierce z ziaren. Rozgrzej olej na dużej patelni i smaż 8–10 minut, aż będą złociste i chrupiące.
5. W międzyczasie wstrząśnij ziemniakami w garnku, by lekko się rozpadły. Drobnio posiekaj czerwoną cebulę i koperek, dodaj do ziemniaków razem z musztardą, skórką i sokiem z cytryny oraz sporą ilością oliwy z oliwek. Wszystko dokładnie wymieszaj i dopraw solą i pieprzem.
6. Na dużej patelni rozgrzej masło, a następnie wbij jaja. Dopraw solą i czerwonym pieprzem, smaż wedle uznania. Kotlety podawaj z łyżką sałatki ziemniaczanej, częścią cytryny i jajem sadzonym.

Kotlina Natury położona jest u Podnóża Sudetów. To prosto stąd na Twój stół trafiają jaja z chowu ekologicznego, wolnego wybiego, a także te znoszone przez kury zielonoożki.