

Pollo empanados

10

5

7 €

Ingredientes

- 8 pechugas de pollos desguesada
- 2 Limones (el zumo)
- 1 cucharada de ajo molido
- 1 pizca de pimienta negra molida
- 3 huevos
- ¼ nata liquida
- pan rayado y aceite para freír

Preparación

Se cortan las pechugas en laminas finas y se le añaden, el zumo de los dos limones, la cuchara de ajo molido, la pimienta molida y la sal. Y se deja en maceración 2 horas. En un cuenco se baten los tres huevos y se le añade la nata liquida se cogen una a una las pechugas y se rebosan en este batido pasándolo seguidamente por el pan rayado, y listo para freír.

Consejos

Al empanar las pechugas con el pan rayado apretar con la palma de la mano sin golpear.