

Отбивные из сердечек индейки

Евдокимов Даниил

T-128

Как правильно обрабатывать сердца.

- Сердце промывается
- Удаляются сгустки крови
- Замачивают в воде на 1-3 часа
- И снова промывают



Ингредиенты.

- Сердечки индейки
- Сметана
- Яйцо
- Мука
- Разрыхлитель
- Масло
- Соль/специи по вкусу

Приготовление.

- Около 800 грамм индюшачьих сердечек (можно и куриные)
- 3 яйца
- 2 столовые ложки сметаны
- 3 столовые ложки муки
- 1 небольшой пакетик разрыхлителя
- масло для жарки
- соль, специи по вкусу.

У сердечек срезать верхнюю часть с протоками и жиром. Сделать продольный разрез с одной стороны и развернуть как книжку. Отбить через пакет в пласт с внутренней стороны. Натереть солью и перцем, сложить стопкой и оставить на 30 минут. Для льезона яйца взбить со сметаной, мукой, разрыхлителем и небольшим количеством соли. Каждую пластинку обмакнуть в полученную смесь. Выложить на сковороду с разогретым маслом. Обжарить с одной стороны, перевернуть. Накрыть крышкой, огонь убавить и потомить минуты 3-4. Подавать сразу.

