Schabowy z ziemniakami i zasmażaną kapustą

50 min.

4 os.

530 kcal/os.

ok 6.10 zł/os.

Składniki

- schab wieprzowy bez kości – 600 g (4 kotlety)
- ziemniaki - 800 g
- olej - 8 łyżeczek
- bułka tarta - 1 szkl.
- kiszona kapusta – 1 opak.
- boczek wędzony - 100 g
- jajko - 1 szt.
- posiekany koperek - 2 łyżki
- posiekana natka pietruszki - 2 łyżki
- sól - 1/2 łyżeczki
- pieprz - 1/2 łyżeczki

Sposób przygotowania

Mięso umyj i osusz. Rozbij młotkiem. Posól, popieprz i odstaw do lodówki.

Ziemniaki obierz i umyj. Ugotuj w osolonej wodzie.

Jajko rozbij i roztrzep. Kotlety opanieruj. Najpierw obtocz je w jajku, a następnie w bułce tartej. Smaż z obu stron na dobrze rozgrzanym oleju.

Boczek pokrój w kostkę, podsmaż na patelni. Kapustę dodaj do boczku i podgrzewaj przez kilka minut, aż będzie gorąca. Kotlety podawaj z ziemniakami posypanymi koperkiem oraz zasmażaną kapustą w osobnym naczyniu. Smacznego!