Bitki z drobiu opiekane

Przepis dodany przez użytkownika Tytanowy_Janusz

Polecam z dodatkiem ziemniaków purée. Smacznego

Czas przygotowania: 40 minut
Ilość porcji: 1-2
Stopień trudności: łatwe

Potrzebne składniki:
- mięso z piersi drobiu - 50 dag
- oliwa lub olej - 1 łyżka(i)
- nacia pietruszki - 4 łyżka(i)
- sól - 1 szczypta(y)

Etapy przyrządzania:

1. Mięso z piersi myjemy, osuszamy, kroimy na równe porcje. Zbijamy tłuczkiem do mięsa zwilżonym wodą, formujemy owalne porcje. Na patelnię z bardzo grubym dnem lub lepiej na patelnię przystosowaną do smażenia bez tłuszczu wlewamy łyżkę oliwy lub oleju, rozgrzewamy. Wkładamy porcje mięsa, smażymy rumieniąc po obu stronach. Obrumienione bitki solimy, skrapiamy kilkoma łyżkami wrzącej wody, przykrywamy. Pozostawiamy na małym ogniu na kilkanaście minut, tak aby były miękkie;. uważając, żeby się nie przypaliły. Przed podaniem wykładamy na ogrzany półmisek, posypując posiekaną nacią pietruszki.

Smacznego!

Jak podawać?
Podawac z dodatkiem ziemniaków purée (1/2 łyżki na porcję) ze szpinakiem, groszkiem z marchewką lub z zieloną sałatą. Bitki można także podawać na zimno z dodatkiem zimnych sosów i sałatek warzywnych.