Добавил(а) Оля
07.12.17 11:20 - Последнее обновление 05.04.18 17:49

Отбивные из свинины на сковороде Для отбивных из свинины я выбрала карбонат. Из 1 кг мяса у меня получи

Продукты для рецепта

- Свинина карбонат - 1 кг.
- Соевый соус, соль,перец, специи для свинины.
- Мука 0,5 ст., растительное масло для жарки
- Для соуса : чеснок 3 зубчика, соль, перец, свежий укроп, растительное масло 2 ст.л.

Карбонат нарезаем на отбивные толщиной 1,5 см.

Каждую отбивную немного солим, перчим и добавляем специи по вкусу.

При помощи молотка или специального приспособления, как показано на фото, отбиваем каждь

Обильно смазываем соевым соусом.

Складываем отбивные друг на друга и оставляем на 10-15 минут мариноваться.

Для соуса чеснок пропускаем через чеснокодавку, укроп мелко рубим, солим, перчим, добавляем

Каждую отбивную обваливаем в муке и жарим на сковороде в раскалённом масле до румяной ко

Приятного аппетита!