



Шницели от кайма

Съставки

- 800 г кайма
- 1 яйце
- 1 MAGGI® Щипка Вкус Подправка за 1кг мляно месо 20г
- 0.5 глава глава лук
- 1 картоф
- 2 с.л. кисело мляко
- 1 щипка сода бикарбонат
- 2 с.л. брашно
- 2 яйца
- 20 мл олио

Указания

1. Аз предпочитам да смеля каймата у дома. За целта използвам свинско месо от плешка. След като каймата е готова я подготвям за омесване. Слагам MAGGI® Щипка Вкус за мляно месо. В купата се добавят още яйцето, шупналото в содата кисело мляко, настъргания на ситно ренде картоф и настъргания лук. Омесваме всичко много добре. Оставяме каймата за минимум час в хладилника.
2. Вземаме стреч фолио. Върху него слагаме една топка от каймата. Малко повече отколкото за едно кюфте. Да речем около 80-100 грама кайма. Слагаме отгоре стреч фолио и притискаме. Оформяме шницел с дебелина около 0,5 см - до 1 см. Подготвяме тава, която покриваме с хартия за печене. В чиния слагаме брашното и разбиваме в група чиния яйцата. Слагаме шницела в брашното, овалваме добре. След което потапяне в яйцата. Поставаме върху тавата. От тази смес ще получите от 8 до 10 шницели от кайма.
3. Слагаме тавата в топла фурна на 200 градуса. Печете около 20 минути. Ще се ориентирате по загара. Така на 15-тата минута може да намажете шницелите с малко олио. Така ще се запазят сочни и ще добият още по-вкусен загар. Поднесете готовите шницели топли с усмивка и любов.

20 мин.

5 порции

Въглехидрати	8.45 g
Енергия	574.71 kcal
Мазнини	48.02 g
Протеин	25.68 g