

Piletina sa sezamom



NAČIN PRIPREME
Jednostavna priprema



VRIJEME PRIPREME
30 - 60 min



BROJ PORCIJA
4

Sastojci

500 g pilećih medaljona
1 šalica sjemenki sezama
sol
papar
češnjak u prahu



Nutritivne vrijednosti

U jednom tanjuru umutite jaja, u drugom tanjuru pomiješajte sjemenke sezama s paprom i češnjakom u prahu.

Pileće medaljone posolite, umočite u jaja pa u pripremljene sjemenke sezama te pržite na vrućem ulju 2 - 4 minute sa svake strane.

Izvadite ih na papirnate ubruse kako bi upili višak masnoće.

Poslužite medaljone sa sezamom uz svježe povrće - krastavac, rotkvicu i papriku.

Skeniraj za prikaz na web stranici

