

Vyprážané kura s pomarančom

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 20 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Na tanier vytlačíme pomaranče (2 ks), prilejeme balzamikový ocot, vložíme doň kura a necháme postáť 5 minút. Na ďalší tanier rozbijeme 2 vajcia, pridáme soľ a čierne korenie a vyšľaháme vidličkou. Na ďalšie dva taniere vysypeme múku (6 PL) a strúhanku (6 PL). Kúsky kuraťa najskôr obalíme v múke, potom vo vajciach a nakoniec v strúhanke. V hlbkej panvici rozohrejeme olej. Keď je horúci, vložíme doň kura. Vyprážame asi 20 minút.

Ingrediencie

- **PROMIX®-UNI - univerzálna bezgluténová múka 1000 g** - 72 g
- **STRÚHANKA bezgluténová pečivová 350 g** - 72 g
- **Pomaranče** - 100 g
- **Kuracie mäso** - 800 g
- **Olej repkový** - 30 g
- **Vajcia** - 100 g
- **Ocot Balsamico** - 12 g
- **Jedlá soľ** - 6 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

