

Ortolan Mini pané

Plat

15-30min

2 personnes

Le produit qu'il vous faut



Ortolan Mini

Les ingrédients

- 6 Ortolan Mini
- 3 œufs
- Farine
- Chapelure
- Huile pour la cuisson
- Sel, poivre + épices au choix

La préparation

- Mets les 6 Mini au congélateur pendant 20 min.
- Prépare 3 petits récipients : un rempli de farine, un avec les œufs battus (sel, poivre + épices au choix), un rempli de chapelure.
- Passe chaque Mini dans la farine, puis dans l'œuf, puis dans la chapelure. Au choix, fais une seule panure ou plusieurs pour plus de croustillant (dans la vidéo : double panure).
- Fais-les cuire dans une poêle avec de l'huile neutre jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.
- Egoutte-les sur du papier absorbant, puis déguste.

©Appryllya Garcia