Автор: Administrator
30.03.2011 15:19 - Обновлено 08.09.2011 12:40

Рецепт приготовления палтуса жареного

Ингредиенты:

- **400 г филе палтуса,**
- **сок из 1/2 лимона,**
- **соль,**
- **1 яйцо,**
- **паниро вочные сухари,**
- **3 ст. ложки оливкового масла,**
- **зеленый лук.**

Филе разморозить, разделить на куски, ополоснуть водой, побрызгать лимонным соком, посыпать солью. Смочить в яйце и обвалять в сухарях. Жарить в горячем жире в течение 12 мин. Уложить на блюдо и посыпать мелко нарезанным зеленым луком.