

SECONDI PIATTI

Cotolette cuor di cavallo fritte

di: *molli-molli*

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 15 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



INGREDIENTI

500 g di cuore di cavallo a fette
150 g di farina
150 g di pan grattato
2 uova
1 mazzetto di prezzemolo
1 pezzetto di zenzero
qualche foglia di salvia
1 spicchio d'aglio
1 rametto di rosmarino
sale speziato
pepe
olio.

PREPARAZIONE

1 Tritate il prezzemolo e lo zenzero,



2 uniteli alle uova battute e



3 salate e peate e



4 mescolate bene il tutto.
Infarinate le fette di cuore e



5 passatele nell'uovo ed



6 in fine nel pangrattato.



7 Incidete le fette per evitare che si arriccino durante la cottura.



8 In una padella a bordi alti mettete olio, aglio, salvia,



9 il rosmarino e 2 macinate di sale grosso.



10 Friggete le cotolette di cuore.



11 Aggiustate di sale a fine cottura dopo aver fatto assorbire l'unto in eccesso della frittura.

