

CANNAMELA

Cotoletta di tacchino al forno



Ingredienti

- 400g fettine di tacchino
- 1 uovo
- 1 cucchiaio acqua
- 2 buste Panato Pronto preparato per impanatura classica CANNAMELA
- 2 pizzichi pepe nero macinato CANNAMELA
- 10g olio extravergine d'oliva
- qb sale
- 1 limone



Porzioni
4 persone



Portata
Secondo



Tempo
5 minuti



Difficoltà
Facile



Cottura
In forno



Kcal per
persona
315.25*

* Calorie calcolate da Quadò Editrice Srl (software Easydiet aggiornamento 2007)

I nostri partner

DOLCI CUCINA



Preparazione

- 1 Battere le fettine di carne per appiattirle.
- 2 Aromatizzare la carne con il **pepe nero macinato CANNAMELA**.
- 3 Immergere la carne nell'uovo sbattuto con il cucchiaino d'acqua, poi passarle nel **Panato Pronto preparato per impanatura classica CANNAMELA**.
- 4 Premere bene la carne nel panato per formare una copertura omogenea.
- 5 Adagiare le cotolette su una placca protetta con carta da forno e irrorare con l'olio.
- 6 Infornare a 200° per 10 min, poi proseguire per 5 min con calore solo sopra.
- 7 Sfornare, salare appena e servire la carne con un'insalata mista verde e fette di limone.