Хотите оставить ваш отзыв или поделиться результатом? Напишите в наших группах:

Одноклассники: ok.ru/opencook **ВКонтакте: vk.com/opencook**

Котлеты по-киевски (ленивые)

8 апреля 2014 14:08 · https://open-cook.ru/recipes/kotlety-po-kievski-lenivye



А ленивые они, потому что я еще не научилась разделывать курицу так, чтобы отделить филе с косточкой, как положено. Поэтому покупаю куриное филе в мясной лавке. Рецептов котлет по-киевски великое множество, но я делаю их просто, быстро и без танцев с бубном вокруг них.
И да, филе я беру обычное, нормального размера, а не от куриц-динозаврих, филе которых огромно по размерам и безвкусно.

На 4 котлеты:

- 4 ст.л. мягкого сливочного масла (примерно 80 гр)
- 4 шт куриного филе

- 2 яйца
- 3-4 веточки зелени (я использовала петрушку), примерно 20 гр
- 150 гр панировочных сухарей, может потребоваться больше, поэтому лучше иметь запас (на фото сухари желтого цвета из-за куркумы)
- соль
- растительное масло для жарения

Для начала смешиваем в миске мягкое сливочное масло и измельченную зелень, растираем вилкой, ну или ложкой, кому как удобно.



При помощи двух столовых ложек формируем 4 кнели, накрываем миску с ними пищевой пленкой и убираем в морозильник (может так и не правильно, но удобно).



У каждого филе есть “торчащий маленький кусочек” мяса, его отрезать не нужно, оно нам пригодится. Кладем филе в пакет или между двух слоев пищевой пленки, “торчащий кусочек” отводим чуть в сторону. Все филе вместе с кусочком отбиваем специальным молоточком. До прозрачности отбивать не нужно, пусть оно будет равномерно тонким.



Вынимаем масло, кладем одну кнель на острый край филе (там как раз “торчащий кусочек” рядом).



Накрываем кнель из масла “торчащим кусочком” филе.



Сворачиваем филе рулетом, прижимая мясо с боков, формируем эллипсоид.



Таким образом поступаем со всеми оставшимися филе. В одной миске слегка взбалтываем яйца, а в другую насыпаем сухари.

Панирую котлеты два раза, так мне подсказала одна повар советской закалки и мне так очень нравится (Илье Николаевичу тоже).

Окунаем котлету в яйца, обваливаем в сухарях, чуть прижимая их к мясу. Снова в яйца и снова обваливаем в сухарях.





Будет лучше, если вы сначала запанируете все котлеты (складывать их лучше на тарелку, присыпанную сухарями), а потом все вместе их обжарите.
Обжариваем котлеты **на хорошо разогретой сковороде** с растительным маслом, **но на среднем огне** до золотистого цвета. До коричневой корочки лучше не доводить, а то им еще в духовке стоять.



Перекладываем их в форму и отправляем в духовку, разогретую до 200 градусов, минут на 15-20.



Тут, главное, не передержать, иначе мясо будет сухим и не недодержать, а то у вас будет сырое мясо внутри и эффекта киевской котлеты уже не получится. Для филе нормального небольшого размера это времени вполне хватает.



Подавать можно с любым гарниром, но лучше с салатом из овощей, так как котлета получается не маленькая и очень сытная.
А еще будет вкусно, если сбрызнуть котлеты лимонным соком, так Илья Николаевич любит употреблять котлеты по-киевски



Приятного аппетита!

Комментарии: 2

Анна # 08:46 23.01.2016

Анна, а сухари Вы сами делаете или покупные? Если сами, то можно технологию приготовления)) И куркумы сколько добавляет?

> **Анна Нечаева** # 09:21 23.01.2016
>
> На фото покупные панировочные сухари, они уже были с куркумой. На самом деле можете добавить ее сами, где-то 1/2 ч.л. на 200 гр сухарей. куркума - деликатная специя и чтобы испортить вкус, ее нужно положить очень много.
>
> Обычно панировочные сухари делаю так: засохшие куски белого хлеба измельчаю в блендере и чуть подсушиваю. Или беру свежий хлеб, подсушиваю его в духовке и измельчаю в блендере. если нет блендера, можно сложить сухари в пакет, накрыть полотенцем и отбить скалкой (или прокатать скалкой)