

escalopes panées au paprika

<http://comete59.wifeo.com/>



Ingrédients pour 4 personnes:

4 escalopes de dinde ou de poulet
2 oeufs
de la farine, sel, poivre
paprika en poudre (je prends le paprika doux)
un peu de margarine pour cuire

1. au moins 3 heures avant de cuire
saupoudrez les escalopes des deux faces avec du paprika et laissez reposer au frais
2. au moins 30 minutes avant de cuire,
dans une assiette mélangez 3 cuillères à soupe de farine avec 2 cuillères à soupe de paprika
3. battre les oeufs en omelettes dans une assiette
4. trempez les escalopes dans le mélange farine/paprika
il faut qu'elles en soient recouvertes
5. trempez les dans les oeufs battus,
puis à nouveau dans le mélange farine/paprika
6. faire cuire à la poêle avec un peu de margarine, c'est prêt!

bonne appétit!