

פולקעס עוף בציפוי פירורי לחם קראנץ' בטעם ברביקיו

מצרכים ל 6 מנות

12 יחידות פולקעס עוף אחידים בגודלם
פירורי לחם קראנץ' בטעם ברביקיו של "סוגת"
8 כפות קמח
6 ביצים
כוס שמן קנולה
מלח ופלפל לפי הטעם

אופן הכנה

הכנות ראשוניות –
מערבבים את הקמח עם מלח ופלפל בקערה .
טורפים את הביצים היטב בקערה .
מכינים צלחת קעורה ועליה מפזרים שכבה עבה מפירורי לחם קראנץ' בטעם ברביקיו .
מכינים צלחת ועליה נייר סופג .

הכנת המנה :

מכניסים את הפולקעס לסיר עם מים ומבשלים כ 20 דקות, כאשר הפולקעס מוכנים ומבושלים מוצאים מהמים ומצננים לטמפרטורת החדר. ניתן להסיר את העור אם רוצים .

מתחילים בתהליך הציפוי :

מקמחים היטב את הפולקעס בקערת הקמח. מעבירים את הפולקעס לקערת הביצים .
מעבירים את הפולקעס אחד אחד לצלחת פירורי הלחם קראנץ' בטעם ברביקיו ומצפים בפירורים עד לציפוי אחיד ומלא של הפולקעס. מחממים מחבת עמוקה עם שמן לטמפרטורה בינונית. בודקים שהשמן חם דיו, מטגנים את הפולקעס עד לצבע זהוב מכל הצדדים ומעבירים מיד לנייר סופג .

• לשוחרי הבריאות, יש אפשרות לאפות את הפולקעס המצופים בתנור שחומם מראש ל 200 מעלות כ 15 דקות או עד שהפירורים הופכים פריכים. מומלץ לרסס מעט שמן קנולה על הפולקעס המצופים ואז להכניס לתנור .