

# MÓJ KULINARNY PAMIĘTNIK

ŚWIĘTA/IMPREZY ▾ DIETETYCZNIE ▾ NA SŁODKO ▾ KUCHNIE REGIONALNE ▾ GRILL

PRZETWORY

## Kotlety schabowe moczone w mleku i cebuli

9/02/2015 / 34

Oglądając jeden z programów Kuchennych rewolucji zobaczyłam kotlety schabowe, które przed smażeniem marynowane były w mleku i cebuli. Nigdy tak nie robiłam, tradycyjnie marynując tylko w soli, pierzu i czosnku, dlatego postanowiłam wykorzystać ten sposób i powiem wam że od tego czasu inaczej już nie robię. Ten dawno zapomniany sposób jest genialny. Dzięki temu mięso jest jędrniejsze a sam kotlet nie jest wysuszony. Do tego dobra metoda panierowania i smażenia. Najpyszniejszy polski obiad pod słońcem.



SZUKAJ NA TYM BLOGU

THIS SITE USES COOKIES FROM GOOGLE TO DELIVER ITS SERVICES AND TO ANALYZE TRAFFIC. YOUR IP ADDRESS AND USER-AGENT ARE SHARED WITH GOOGLE ALONG WITH PERFORMANCE AND SECURITY METRICS TO ENSURE QUALITY OF SERVICE, GENERATE USAGE STATISTICS, AND TO DETECT AND ADDRESS ABUSE.

LEARN MORE

OK



## Kotlety schabowe moczone w mleku i cebuli

- » 1 kg dobrej jakości wieprzowiny (na 4-6 kotletów)
- » ok 1 l mleka
- » 2 cebule
- » 2 jajka
- » bułka tarta
- » mąka pszenna
- » sól
- » pieprz
- » smalec do smażenia

Mięso pokroić na grube kotlety. Każdy z nich dokładnie na dość duże i cienkie kotlety. Można je przykryć do tłuczenia kawałkiem folii, wtedy unikniemy ewentualnego uszkodzenia mięsa. Cebule pokroić w piórka. Kotlety ułożyć w misce, przekładając je cebulą, doprawiając solą i pieprzem. Całość zalać mlekiem. Odstawić na min. 2-3 godziny. Następnie dokładnie odsączyć, można wytrzeć papierowym ręcznikiem. Zapobiegnie to odklejaniu się panierki.]



KOTLETY  
SCHABOWE  
MOCZONE W  
MLEKU I  
CEBULI



CIASTO  
MARCHEWKOWE  
DIETETYCZNE



WARZYWNE  
SAŁATKI NA  
ZIMĘ

FACEBOOK

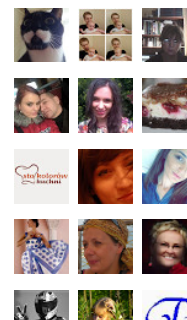


Polub tę stronę

Bądź pierwszą osobą wś  
znajomych, która to polubi

OBSERWATORZY

Followers (290) [Next](#)





Przygotować 3 talerze. Do jednego wsypać mąkę, do drugiego wbić jajka i je roztrzepać, a do trzeciego bułkę tartą. Kotlety panierować standardowo najpierw w mące, potem w jajku a następnie w bułce tartej. Pamiętajmy że panierować należy tuż przed smażeniem. Jeśli zrobimy to wcześniej bułka tarta nasiąknie sokami z mięsa i nie usmaży się dobrze. Nigdy też nie dociskamy mięsa ani do mąki, ani do bułki. Ono samo wie, ile panierki może przyjąć, a ich nadmiar delikatnie strzepujemy tuż po obtoczeniu kotleta.

Na patelni rozgrzać smalec. Tak wiem o zgrozo... ale to ma być smalec, nie olej, nie masło. Tylko smalec nada kotletowi ten smak i chrupkość, za którą od lat kochamy schabowe. I nikt od tego nie umrze, tym bardziej jeśli się taki kotlet zje raz na miesiąc albo i rzadziej.

Początkowo smażymy na dużym ogniu. Gdy panierka się przyrumieni z obu stron należy zmniejszyć gaz. Kotlet powinien się smażyć około 15 minut. W trakcie smażenia obracamy go kilka razy. Gotowe.



Bernika-mojkulinarnypamietnik



**Bernadeta**  
śląskie, Poland

Wyświetl mój  
pełny profil

#### MOJA LISTA BLOGÓW

##### CARLSBAD CRAVINGS

CUBANO PASTA  
SALAD WITH MOJO  
DRESSING

##### MIRABELKOWY BLOG



KOPIEC  
KRETA

##### TRAWKA CYTRYNOWA

SAŁATKA Z  
PIECZONYCH  
BURAKÓW I JEŻYŃ

##### KULINARNA FUZJA

PIZZA BEZ  
DROŻDŻY

##### KUCHNIA NA WZGÓRZU BLOG KULINARNY

MROŻONE  
WINOGRONA, CZYLI  
KOSTKI LODU  
INACZEJ

Pokaż wszystko

#### FACEBOOK



Polub tę stronę

Bądź pierwszą osobą wś  
znajomych, która to polu



Bernika-mojkulinarnypamietnik



Print



NASTĘPNY POST

WCZEŚNIEJSZY POST



SAŁATKA Z OGÓRKÓW  
KISZONYCH

ROLADKI Z UDEK Z KURCZAKA Z  
KAPUSTA W MLECZKU KOKOSOWYM



KOTLET

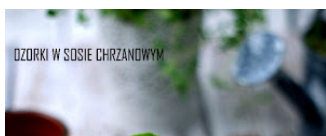
KUCHNIA POLSKA

OBIAD

SCHAB

SCHABOWY

## PODOBNE POSTY:



MASZKETY - ŚLĄSKI  
MAGAZYN  
BLOGERÓW



TŁUMACZ

Select Language ▾

Powered by [Google Translate](#)

PIEKARZYNEK



DURSZLAK



ZBLOGOWANI



KATALOG SMAKÓW



MOJA GROCHÓWKA



OZORKI W SOSIE  
CHRZANOWYM ALBO  
MUSZTARDOWYM



SALATKA JARZYNOWA



---

LICZNIK

15

---

34 KOMENTARZE:

**NIEMODELKA** 3 września 2015 15:11

Kiedyś byłam na diecie Ducana (byłam głupia, wiem :) i też właśnie tak moczyłam pierś kurczaka w mleku i wychodziła zawsze taka mięciutka i smaczna :)

ODPOWIEDZ

Odpowiedzi

**ANONIMOWY** 25 sierpnia 2017 12:09

Pięć kurczaka? :-D

ODPOWIEDZ

**ENDŹI** 4 września 2015 17:44

Ja też podpatrzyłam tę metodę, tyle że do moczenia używam słodkiej śmietanki. Od tamtej pory robię tak za każdym razem i kotlety wychodzą ekstra :)

ODPOWIEDZ

**ANONIMOWY** 7 września 2015 08:54

Podzielim Wasze i autorki zdanie, te kotlety wychodzą extra ;)) - pozdrawiam Bożena.

ODPOWIEDZ

**MAGDALENA KŁOBUKOWSKA** 7 października 2015 10:12

A z jakich kawalkow wieorzowiny robisz" schabowe" ? Bo tez w kuchennych rewolucjach bylo zeby robic z karkowki ale przyzbam ze nie probowalam :)

ODPOWIEDZ

Odpowiedzi

**BERNADETA** 7 października 2015 22:45

mięso typowe na kotlety schabowe czyli schab. karkówki nie wykorzystuje a może powinnam spróbować?

**ANONIMOWY** 20 lipca 2016 08:44

Kotlety z karkówki też są dobre a może nawet lepsze. Karczek



jest bardziej tłusty. Działa zasada "co smaczne to niezdrowe"

## ODPOWIEDZ

**MAKEUP-ART- MARZENA BARTOSZ** 17 stycznia 2016 23:10

Też podpatrzyłam ten sposób. W rewolucjach i jutro będę testować 😊

ODPOWIEDZ

**MAKEUP-ART- MARZENA BARTOSZ** 17 stycznia 2016 23:11

Jutro będę testować fajnie opisała s ze ta cebulę trzeba przekładać i dopiero zalać mlekiem 😊

ODPOWIEDZ

Odpowiedzi

**BERNADETA** 23 stycznia 2016 21:20

ciesze się , mam nadzieję ze smakowały.

## ODPOWIEDZ

**HETMANPL** 27 stycznia 2016 00:01

Mi wyszły troche twarde i panierka przywierała do patelni ale poza tym pyszne :D

ODPOWIEDZ

Odpowiedzi

**BERNADETA** 7 lutego 2016 23:28

ciesze sie . pozdrawiam.

## ODPOWIEDZ

**ANONIMOWY** 24 kwietnia 2016 19:40

A co można zrobić z mlekiem i cebulą, która pozostała po wyjęciu kotletów? Ma ktoś jakiś pomysł?

ODPOWIEDZ

Odpowiedzi

**BERNADETA** 25 kwietnia 2016 22:40

w mleku jest krew z mięsa itp, raczej bym tego już nie pożytkowała

**ANONIMOWY** 25 sierpnia 2017 12:10

Można wypić...

**KLAUDEK** 2 stycznia 2018 15:23

Jeśli pokroimy cebulę w grube krążki, to po odsączeniu jej z



mleka można obtoczyć ją w bułce i usmażyć ;)

## ODPOWIEDZ

**ANONIMOWY** 29 kwietnia 2016 05:56

Bardzo pomocny przepis. Wypróbowałam. Wszyscy zajadali z wielkim apetytem. To dopiero schabowy :-)

ODPOWIEDZ

Odpowiedzi

**BERNADETA** 2 maja 2016 13:27

ciesze się niezmiernie że smakowało.

## ODPOWIEDZ

**KUBA KONOPKO** 11 czerwca 2016 19:17

Czy można to zrobić wieczorem i smażyć następnego dnia? nie będzie za długo z tą cebulą?

ODPOWIEDZ

Odpowiedzi

**BERNADETA** 12 czerwca 2016 10:36

oczywiście. ja często robię wieczorem i daje na noc do lodówki. ważne tylko że potem dobrze kotlety odsączyć z mleka.

**ERYK JĘDRZEJCZAK** 7 listopada 2017 18:31

A można dłużej trzymać kotlety w mleku z tą cebulą, gdzieś kiedyś czytałem, że 72 godziny?

**BERNADETA** 9 listopada 2017 16:34

można ale po co? one wystarczająco skruszeją przez kilak godzin. poza tym mleko, cebula i mięso tak długo trochę bym się bała.

## ODPOWIEDZ

**IRETH ALCARIN** 29 czerwca 2016 09:56

warto smażyć na maśle, nie na smalcu... to też znacznie poprawia smak schabu i samo to daje niepowtarzalną delikatność tego mięska

ODPOWIEDZ

Odpowiedzi

**BERNADETA** 29 czerwca 2016 19:37

i tu się nie zgodzę, bo po pierwsze od zawsze smaży się kotlety na smalcu nawet najlepsi kucharze to robią, dzięki temu mają one wyjątkowy smak. Poza tym w przeciwieństwie do masła smalec zawiera głównie kwasy nasycone, a temperatura



dymienia smalcu wieprzowego dochodzi do ok. 220 °C, czyli jest porównywalna z olejami. Istnieją badania według których smalec nie zwiększa ryzyka nowotworowego, przynajmniej w odniesieniu do niektórych rodzajów nowotworów. Tymczasem smażenie na maśle jest ryzykowne, bo masło ma niską temperaturę rozkładu (punkt dymienia od ok. 170 °C i w wyniku ogrzewania przez dłuższy czas w wysokiej temperaturze powstaje rakotwórcza akroleina, zatem smażenie na maśle produktów wymagających dłuższego ogrzewania jest niewskazane.

**ELWIRA BARAN** 30 października 2016 09:50

Mi najbardziej smakują smażone na maśle ..... klarowanym.

**DIABELERIA** 13 grudnia 2016 13:36

Kotlety na smalcu jak dla mnie mają aromat spoconego knura. Wolę olej ryżowy albo winogronowy.

**BERNADETA** 13 grudnia 2016 21:15

hmm ciekawe skąd pani wie jaki aromat ma spocony knur?

**ANETA** 14 stycznia 2018 13:06

Padłam 😊😊😊 zgoda!!! Moja babcia zawsze smażyła na smalcu i dopóki sama nie zaczęłam wojować w kuchni i smażyć na oleju (o jej!) to nie mogłam uwierzyć że to on tak zmienia smak schabowego! Robiłam już kotlety z tego przepisu. Ogień w buzi ☐  
pozdrawiam!

## ODPOWIEDZ

**ANONIMOWY** 2 sierpnia 2016 19:13

Po wyciągnięciu kotlecików z tego mleka nie trzeba przyprawić mięska ponownie? Mam na myśli pieprz i sól?

ODPOWIEDZ

Odpowiedzi

**BERNADETA** 2 sierpnia 2016 21:23

oczywiście że można. ja standardowo sól i pieprz daje do jajka, może dlatego nie przyprawiam.

## ODPOWIEDZ

**ANONIMOWY** 10 listopada 2016 11:41

Kotlety wychodzą przepyszne. A co robicie z pozostałym mlekiem? Ja zalewam nimi ziemniaki i gotuję razem z cebulką. Potem ugniatam razem..są doskonałe. Polecam

ODPOWIEDZ

Odpowiedzi





**BERNADETA** 11 listopada 2016 22:50

dziękuję. pozdrawiam.

#### ODPOWIEDZ

**EVA AXELSSON** 12 stycznia 2018 08:06

Nie są smaczne. Wyczuwalna surowa cebula.

ODPOWIEDZ


Odpowiedzi

**BERNADETA** 13 stycznia 2018 20:20

coż nie każdemu wszystko musi smakować. przykro mi że akurat tobie .

#### ODPOWIEDZ

Wpisz komentarz...

 Skomentuj jako: rraszuk@gmail ▼ Wyloguj się

Opublikuj Podgląd  Powiadamiam mnie

#### LINKI DO TEGO POSTA

Utwórz link

---

 FACEBOOK

 INSTAGRAM

 PINTEREST

 GOOGLE +

@mojkulinarnypamietnik.pl

ARCHIWUM BLOGA

FOLLOW BY EMAIL

ŁĄCZNA LICZBA  
WYŚWIETLEŃ



wrzesnia (10) ▼

Email address...

SUBMIT

~~6506105~~

