

Jehněčí kotletky

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Jehněčí kotletky 8 ks
- Drcený pepř , sůl - dle chuti 2 špetka
- Tymián 0.5 lžička
- Olej 4 lžíce
- Česnek 2 stroužek
- Citronová šťáva 3 lžíce
- Mandlové lupínky 2 lžíce

Doba přípravy: 70 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

1. Jehněčí kotletky opláchneme pod tekoucí vodou a osušíme ubrouskem. Pak maso částečně odřízneme od kosti a očistíme od nežádoucího tuku. Ten je zdrojem typické vůně jehněčí masa, která některým lidem vadí. Na prkénku kotletky lehce naklepeme a rovnoměrně je posypeme solí, pepřem, rozemnutým tymiánem.
2. Vložíme do misky, zakapeme olejem a citronovou šťávou. Pak je v misce necháme nejlépe v chladničce odležet.
3. Na talířek si připravíme hrstičku mandlových lupínků. Jehněčí kotletky jednu po druhé v lupíncích z obou stran obalíme. Lupínky ještě přitlačíme rukou, aby lépe držely.

4. Maso opečeme z obou stran na rozehřáté pánvi mírně vytřené olejem, případně na pekáčku v troubě pod grilem.

5. Podáváme na nahřátých talířích s dušenou mladou mrkvičkou, hráškem, chřestem. Nejlepší přílohou jsou vařené nebo opečené brambory.