

SKINKESCHNITZEL, PANERET

BLØD KØST

10 portioner

900 g MAJKEN'S BLØDE GRIS
100 g rasp
5 g salt, grovt
Peber



FREM GANGSMÅDE

1. Tag cirka 90 g fars op i hænderne og vend farsen i rasp som er vendt med salt og peber
2. Tryk farsen flad så den ligner en schnitzel
3. Steg ved middel varme i smør på panden, så der ikke danner sig en hård stegeskorpe eller steg dem i ovnen efter at du har sprayet schnitzlerne med sprayfedt
4. Læg schnitzlerne i et fad og bag dem færdigt til en kernetemperatur på 75 °C

Velbekomme!

	Pr. enhed
Energi	673 kJ
Protein	20,3 g
Fedt	5,3 g
Kulhydrat	7,5 g
Aminosyrescore	121 %

