רכיבים:

500 גרם חזה עוף טחון

1 כוס גרגרי תירס

2 כפות פירורי לחם

ביצה

שן שום, כתושה

מלח, פלפל שחור, טחון טרי

אגוז מוסקט מגורר טרי

לציפוי:

ביצה טרופה

פירורי לחם

אופן ההכנה:

1. בקערה מערבבים היטב את חזה העוף, התירס, פירורי הלחם, הביצה, השום והתבלינים. לשים לתערובת אחידה ומחלקים ל-8 חלקים שווים.

2. על גבי משטח העבודה מותחים ניילון נצמד ואותו משמנים במעט שמן. מניחים עליו חלק אחד מן התערובת ומשטחים לעובי ½ ס"מ לקבלת צורה של שניצל. מכינים כך את שאר התערובת ומעבירים למקפיא לשעתיים.

3. טובלים את השניצלים בעודם קפואים בביצה ובפירורי לחם.

4. מכניסים לתנור שחומם מראש לטמפרטורה של 220 מעלות למשך 20 דקות לערך.