

Filetes de pollo empanados

Ingredientes

- 600 g de filetes de pollo (de pechuga o contra muslo)
- 2-3 huevos
- Pan rallado
- Harina
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal



Prepararemos recipientes con harina, otro con pan rallado y otro con los huevos batidos. Sazonamos los filetes con sal, podemos ponerles otras hierbas en este momento o especias. Después los pasamos por harina, sacudimos para quitar la sobrante y los sumergimos en huevo batido. A continuación los escurrimos un poco y los pasamos al pan rallado. Apretamos bien por los dos lados y los pasamos a un plato o fuente para freír una vez que estén todos empanados.