Kotlety schabowe ze słonecznikiem i szpinakiem

Składniki

- 4 kotlety schabu,
- 50 g ziaren słonecznika,
- sól i pieprz,
- bułka tarta,
- 2 jajka,
- oliwa,
- 1/2 kg szpinaku baby,
- 2 łyżki masła,
- 2 ząbki czosnku,
- łyżka śmietany,
- szczypta gałki muszkatołowej,
- 2 łyżki prażonych ziaren słonecznika

Sposób przygotowania

Kotlety rozbijamy i doprawiamy. Bułkę tartą łączymy ze słonecznikiem. Kotlety panierujemy w rozmąconym jajku i bułce z ziarnem. Smażymy na rozgrzanym tłuszczu na złoty kolor z obu stron. Szpinak myjemy, osuszamy i wrzucamy na patelnię, smażymy. Dodajemy przeciśnięty czosnek, śmietanę i słonecznik. Podajemy z kotletami. Smacznego!