

Фрикасе из телячьих почек



3 ч 0 мин



4 порции



11 ингредиенты

ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ

Калорийность:	418 Ккал
Белки:	24.3 грамм
Жиры:	30.2 грамм
Углеводы:	7.2 грамм

Ингредиенты

Категории: [Французская кухня](#), [Основные блюда](#), [Фрикасе](#)

Ингредиент	Кол-во
Бренди	2 столовые ложки
Пшеничная мука	1 столовая ложка
Молотый белый перец	по вкусу
Соль	$\frac{1}{2}$; чайной ложки
Топленое масло	2 столовые ложки
Яичный желток	1 штука
Лук репчатый	1 штука
Телячьи почки	700 г
Мясной бульон	$\frac{1}{2}$; стакана
Сливки 48%-ные	$\frac{1}{2}$; стакана
Рубленая петрушка	1 чайная ложка

Инструкция

1. Почки разрезать, удалить плёнки и протоки, залить холодной водой и вымачивать 2-3 часа, за это время 3-4 раза поменять воду. Затем воду слить, почки обсушить и нарезать тонкими ломтиками.
2. Лук очистить и мелко нарезать, обжарить на топлёном масле до прозрачности.
3. Муку смешать с солью и обвалить в ней кусочки почек. Положить их в сковороду с луком и жарить, переворачивая, 4-5 минут на среднем огне.
4. Добавить в мясной бульон, вскипятить и снять с огня. Сливки взбить с желтком, влить в сковороду с почками, посолить и поперчить по вкусу. Влить коньяк или бренди, размешать и посыпать петрушкой.