

Ingredientes

Costeletas de porco - 4 (cerca de 2kg) com 1 dedo de espessura.

Vinagre de vinho tinto - 1 copo

Farinha de trigo - 1/2 xícara

Ovos grandes batidos - 2

Farinha Panko - 1 xícara e 1/2 (encontrada em loja de produtos orientais)

Raspas de limão

Tomilho fresco picado - 1 colher de sopa

Orégano fresco picado - 1 colher de sopa

Azeite - 6 colheres de sopa

Sal

Pimenta



Autora: Sandra Assumpção
04 de agosto de 2014

Modo de preparo

1. Organizar a costelinha em uma assadeira grande e cubra com vinagre.
2. Deixe descansar 1 hora em temperatura ambiente.
3. Separe três vasilhames para empanar, uma assadeira pequena com farinha; uma com ovos; e uma com panko, raspas, tomilho e orégano.
4. Aqueça uma frigideira antiaderente grande em ferro fundido ou pesada em fogo médio e adicione 3 colheres de sopa de azeite.
5. Tempere cada costeleta generosamente com sal e pimenta.
6. Use um garfo para empanar cada costeleta primeiro na farinha, depois no ovo, em seguida, na mistura de panko.
7. Certifique-se de que eles estão cobertos de todos os lados, formando uma crosta generosa.
8. Coloque em óleo quente.
9. Cozinhar costeletas de porco — limpando a frigideira a frigideira com uma toalha de papel após a primeira leva e adicionando os restantes.
10. 3 colheres de óleo — até ficar crocante e cozido, cerca de 4 minutos por lado.
11. Acompanhe com batatas coradas.