Kotleciki rybne

data aktualizacji: 2019.08.28 autor: Redakcja



Składniki:

- 700 g fileta z dorsza
- 3 ziemniaki
- 1 marchewka
- 1 cebula
- 150 g kapusty
- 1-2 jajka
- 2 ząbki czosnku
- ½ łyżeczki majeranku
- gałka muszkatołowa
- bułka tarta
- olej roślinny
- sól, pieprz

Przygotowanie:

Rybę pokroić na małe kawałki. Ziemniaki i cebulę obrać i pokroić na ćwiartki. Marchewkę obrać i pokroić w plastry.

Rybę i pokrojone warzywa zmielić w maszynce do mielenia mięsa 2 razy. Masę przyprawić solą, świeżo zmielonym pieprzem i gałką muszkatołową, dodać jajko i w zależności od konsystencji dodać drugie, lub niekoniecznie. Dobrze wymieszać.

Na patelni rozgrzać olej. Uformować kotleciki, obtoczyć je w bułce tartej i usmażyć. Kotleciki można również ugotować na parze.

Źródło: https://gotuj.eglos.pl/aktualnosci/item/33015-kotleciki-rybne