

Gryczane kotlety Eli



ELI_555



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

kasza manna	4 łyżki
jajko	2 sztuki
czosnek	4 ząbki
sól	do smaku
olej do smażenia	
orzechy włoskie	2 posiekane
cebula	1 sztuka
ser żółty	150 (tarty)
kasza gryczana	200 w woreczkach

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kaszę włożyć do wrzącej wody, gotować 15 minut, wyłożyć na durszlak i porządnie odsączyć. Posiekaną cebulę i przeciśnięty przez praskę czosnek przesmażyć na oleju. Do kaszy dodać cebulę, ser, orzechy, jajka, kaszę manną, sól, pieprz, przyprawę do kurczaka, wymieszać i odstawić na 15 minut, żeby kasza manna napęczniała. Z masy formować kotleciki, panierować w bułce tartej i smażyć na oleju. Podawać z sosem pomidorowym lub grzybowym. Smacznego!