

## Paluszki rybne



### CUKIERECZEK



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

|                        |            |
|------------------------|------------|
| <b>filet z mintaja</b> | 50 dag     |
| <b>sól</b>             | 1 łyżeczka |
| <b>pieprz</b>          | 1 łyżeczka |
| <b>jajko</b>           | 1 szt      |
| <b>panierka do ryb</b> | 5 łyżek    |

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

1. Filet z mintaja przemielić przez maszynkę do mielenia mięsa
2. Dodać sól, pieprz, jajko
3. Uformować np. placki lub paluszki
4. Obtoczyć w panierce rybnej
5. Usmażyć na gorącym oleju z obu stron