

Klopsiki z kurczaka z mozzarellą



Autor: **Obserwator**
Przepisów: **966** Ocena: **18595**

3-4 os. 60 min łatwe tanie



Składniki:

- podwójny filet z kurczaka
- sól
- pieprz
- zioła prowansalskie
- 1 młoda cebula
- 1 ząbek czosnku
- 100 g cukinii
- 200 g mozzarelli
- 1 jajko
- 2 łyżki posiekanej natki pietruszki
- bułka tarta
- pomidorki cherry
- kasza bulgur
- wstążki cukinii

Sposób przygotowania:

- 1 Filety oczyściłem z błon, zmieliłem, doprawiłem solą, pieprzem i ziołami prowansalskimi. Dokładnie wymieszałem, odstawiłem.

Na patelni rozgrzałem łyżkę oleju, wrzuciłem posiekaną młodą cebulę, zeszkliłem. Następnie dodałem posiekany czosnek, krótko podsmażyłem. Dodałem starta cukinię, wymieszałem, dusiłem ok. 3 minuty. Wystudziłem.

Mięso wyrobiłem z uduszonymi składnikami, starta mozzarellą, jajkiem i posiekana natką pietruszki. Dosypałem troszkę bułki tartej, aby masa była spoista.

Wilgotnymi dłońmi uformowałem małe klopsiki, panierowałem je w bułce tartej.

Smażyłem na rumiano ze wszystkich stron ok. 3 minuty. Wyjąłem, osączyłem na papierowym ręczniku z nadmiaru tłuszczu. Ponownie przełożyłem je na patelnię z ostudzonym tłuszczem, podlałem ¼ szklanki wody wymieszanej z łyżeczką sosu sojowego, przykryłem, dusiłem jeszcze 3 minuty. Podałem z kaszą bulgur vermiceli, pomidorkami cherry oraz wstążkami cukinii.



Twoje notatki do przepisu:

