

Kotleciki z ciecierzycy



Autor: **ugotujiprzetestuj**
Przepisów: **110** Ocena: **1415**



3-4 os.



30 min



łatwe



tanie



Składniki:

- 1 puszkę cieciorkei konserwowej
- 1 torebkę kaszy jaglanej
- 1 małą paprykę (u mnie czerwono-zielona)
- 1 małą cebulę
- 2-3 ząbki czosnku
- 1 jajko
- natkę pietruszki
- Sól
- pieprz
- curry
- bułka tarta do obtoczenia
- tłuszcz do smażenia

Sposób przygotowania:

- 1 Kaszę jaglaną płuczemy w woreczku pod bieżącą wodą i gotujemy ją ok. 15 minut (zgodnie z instrukcją na opakowaniu).
Ciecierzycę odsączamy z zalewy, blendujemy lub rozgniatamy widelcem na niezbyt gładką masę. Przekładamy do miski, dodajemy ugotowaną kaszę.
Cebulę obieramy i kroimy w kostkę. Czosnek obieramy i przeciskamy przez praskę lub siekamy. Paprykę myjemy i kroimy w kostkę.



- 2 Na patelni podsmażamy cebulę aż do zeszklenia, dodajemy czosnek i paprykę. Chwilę razem podsmażamy i dodajemy do kaszy i ciecierzycy.
Całość doprawiamy do smaku solą, pieprzem i curry. Dodajemy posiekaną natkę pietruszki, jajko i dokładnie mieszamy całą masę.
Wilgotnymi dłońmi formujemy kotleciki i obtaczamy je bułce tartej.
Smażymy przez kilka minut z każdej strony, aż kotleciki się zarumienią.
Podajemy z ulubionymi dodatkami i ewentualnie z sosem (u mnie domowy sos czosnkowy).

Twoje notatki do przepisu: