

kotlety z kalafiora



Autor: **agulaa**

Przepisów: **19** Ocena: **258**



3-4 os.



30 min



średnie



przystępne



Składniki:

- Kalafior, 1 większy
- czosnek, 2 zębki
- koperek, pół paczki
- bułka tarta, jajko
- ser żółty, 2-3 plastry
- sól, pieprz

Sposób przygotowania:

- 1 Ugotować kalafior, przestudzić, zmielić
- 2 Dodać wyciśnięty przez praskę czosnek, koperek, 1 jajko, bułkę tartą tak aby masa nadawała się do ulepienia kotlecików, sól, pieprz
- 3 Gotowe kotlety obtoczyć w jajku i bułce tartej, smażyć na oleju na złoty kolor. Ja podaję je z sosem czosnkowym przygotowanym z jogurtu greckiego.
- 4 Smacznego!!

Twoje notatki do przepisu: