Placuszki z cukini bez mąki

opuncja123

Polecane na: **przystawki i przekąski**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

45 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- cukinia średniej wielkości - 1 szt.
- cebula średniej wielkości - 1 szt.
- czosnek - 1 ząbek
- natka pietruszki - 1 łyżka
- jajko - 1 szt.
- sól, pieprz - do smaku
- olej kokosowy - trochę

Dodatkowe info:

Placuszki doskonale smakują podawane z sosem jogurtowym (jogurt zmiksowany z serem feta doprawiony ulubionymi ziołami lub czosnkiem).

Sposób przygotowania:

KROK 1: Cukinię zetrzyj na tarce o dużych oczkach. Posól, wymieszaj i odstaw na pół godziny, by puściła wodę. Po upływie tego czasu cukinię dobrze odsącz z wody.

KROK 2: Cebulę zetrzyj na tej samej tarce co cukinię, czosnek przeciśnij przez praskę, a natkę pietruszki posiekaj. Wszystkie składniki dorzuć do cukinii. Dodaj jajko, dopraw solą i pieprzem. Wymieszaj.

KROK 3: Na patelni rozgrzej niewielką ilość oleju kokosowego. Nakładaj pełne łyżki masy cukiniowej lekko ją rozpłaszczając. Smaż z obu stron na rumiany kolor (tak żeby masa się ścięła). Placuszki z uwagi na brak mąki są dość delikatne, czynność obracania na druga stronę należy wykonać ostrożnie.