Batatowe kotleciki z kolorową komosą i selerem naciowym

foodmania

Polecane na: **danie główne**

Warto wiedzieć:

45 min | łatwy | 12 porcji

Składniki:

- batat - 1 szt.
- komosa biała - 2 łyżka
- komosa czerowna - 2 łyżka
- komosa czarna - 2 łyżka
- mąka z ciecierzycy - 1 łyżka
- seler naciowy - trochę
- białko jajka - 1 szt.
- curry - 1 szczypta
- papryka słodka - 1 szczypta
- sól sezamowa - 1 szczypta
- oregano - 1 szczypta
- pomidorki koktajlowe - 1 kilka
- roszponka - 1 garść

Dodatkowe info:

Delikatne, słodkie, lekko orzechowe kotleciki to coś wspaniałego!

Sposób przygotowania:

KROK 1: Batata ugotować i zblendować na puree.

KROK 2: Wszystkie rodzaje komosy ugotować i wymieszać z puree batatowym, białkiem, mąką z ciecierzycy, posiekanym drobno selerem naciowym oraz przyprawami.

KROK 3: Uformować dość płaskie kotleciki, które piec około 30 minut w temperaturze 180 stopni- podawać z grillowanymi pomidorkami i roszponką.