





Kotleciki jaglano fasolowe.

 monamari

Polecane na: [danie główne](#), [przystawki i przekąski](#)

Warto wiedzieć:

 50 min

 łatwy

 6 porcji

Składniki:

kasza jaglana - 1 i 1/2 szklanka
czerwona fasola w puszcze - 1 szt.
cebula - 1 szt.
mąka ryżowa - 2 łyżka

jajko - 1 szt.
sól, pieprz, papryka w proszku,
suszona bazylija, majeranek - do
smaku
olej - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Cebulę pokroić w drobną kostkę i podsmażyć na oleju.

KROK 2: Do miski włożyć ostudzoną cebulę, 1,5 szklanki ugotowanej kaszy jaglanej, czerwoną fasolę.

KROK 3: Dodać jajko, przyprawy - 1 łyżeczkę suszonej bazylii, 1 łyżeczkę majeranku oraz sól, pieprz, paprykę w proszku - do smaku.

KROK 4: Wszystkie składniki w misce zblendować ręcznym blenderem.

KROK 5: Rozgrzać piekarnik do 180-190 stopni Celsjusza.

KROK 6: Posmarować cienko olejem silikonową matę do pieczenia. Nakładać łyżką masę z miski na posmarowaną matę - formować na kształt niewielkich kotlecików.

KROK 7: Piec ok. 20 - 25 minut.
Smacznego :)