Kotlety jaglane na zielono

gosia56

Polecane na: **lunchbox, przystawki i przekąski, śniadanie**

Warto wiedzieć:

45 min

15 porcji

Składniki:

kasza jaglana - 10 dag
szpinak mrożony - 1 opakowanie
cebula - 1 szt.
sól,pieprz - do smaku
czosnek niedzwiedzi - do smaku
imbir i gałka mielone - do smaku
ser ricotta - 1 szt.
jajko - 1 szt.
kasza manna - 2 łyżka
bułka tarta - 2 łyżka
dodatkowo -
masło klarowane - trochę
bułka tarta do panierki -

Sposób przygotowania:

KROK 1: Sposób przygotowania:
Kotlety jaglane na zielono
Kaszę gotujemy według przepisu na opakowaniu, studzimy.
Cebulę kroimy w kostkę.

Na patelnię dajemy masło klarowane albo olej dodajemy cebulę podsmażamy chwilę dodajemy szpinak najlepiej rozdrobniony dusimy aż wyparuje nadmiar wody ,doprawiamy solą pieprzem, gałką i imbirem mieszamy i odstawiamy aż szpinak wystygnie.

Do miski przekładamy zimną kaszę rozdrabniamy najlepiej widelcem.

Do kaszy dodajemy zimny szpinak ,kruszymy serek ricotta, wbijamy jajko dodajemy kaszę mannę i bułkę tartą wyrabiamy masę. Jeżeli trzeba to doprawiamy jeszcze.

A jeżeli masa jest wolna to można jeszcze dodać trochę kaszy manny.

Najlepiej przygotowaną masę włożyć do lodówki

aby smaki się przegryzły.

Z masy mokrymi dłońmi formujemy okrągłe kotlety, obtaczamy w bułce tartej.

Kotlety smażymy na rozgrzanym oleju.

Takie kotlety podajemy na ciepło do obiadu, albo na zimno na kanapki.

POLECAM!!!