# Wegetariańskie kotlety z cukinii i komosy ryżowej

Skoter

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **arabska**

## Warto wiedzieć:

30 min

9 porcji

## Składniki:

komosa ryżowa - 1/2 szklanka
cukinia - 1 szt.
ziemniak - 2 szt.
jajko - 1-2 szt.
czosnek - 2 ząbek
cebula duża - 1 szt.
oregano - 1 łyżeczka
sól i pieprz - - do smaku
bułka tarta - 4 łyżka
olej do smażenia - - trochę

## Sposób przygotowania:

*KROK 1:* Komosę ryżową zalać szklanką wody i gotować około 15-2- minut do miękkości.

*KROK 2:* Cukinię obrać, wydrążyć gniazda nasienne i zetrzeć na tarce. Ziemniaki też obrać i zetrzeć na tarce o drobnych oczkach. Posolić i odstawić na godzinę, aby zebrał się płyn.

*KROK 3:* Odlać zebrany płyn z cukinii i ziemniaków przez sito. odcisnąć.

*KROK 4:* Cebulę i czosnek drobno pokroić i zeszklić na tłuszczu. Wymieszać wszystkie składniki.

*KROK 5:* Uformować dowolnej wielkości kotlety, obtoczyć w bułce tartej.

*KROK 6:* Usmażyć kotlety na wybranym tłuszczu: smalcu, oleju lub maśle klarowanym