

# Kotlet z kapusty i mięsa mielonego



Autor: **smaczego**  
Przepisów: **791** Ocena: **21564**



> 6 os.



60 min



średnie



przystępne



## Składniki:

- główka białej kapusty
- 70 dag mielonego mięsa
- 1 i 1/2 szklanki ugotowanej kaszy manny
- 3 jajka
- sól, pieprz
- olej do smażenia

## Sposób przygotowania:

- 1 Kapustę umyć, obrać z wierzchnich liści. Drobno ją poszatковать. Lekko posolić, odstawić na około 2 godziny. Po tym czasie kapustę odcisnąć, wymieszać z mięsem, kaszą manną i przyprawami. Można do masy dodać przysmażoną cebulkę, natkę pietruszki, słodką albo ostrą paprykę. Z masy formować kotlety, smażyć je z obu stron około 10 minut, aż mięso będzie dobrze dosmażone. Kotlety można podawać z piure ziemniaczanym i młodymi marchewkami. Można je też ułożyć w naczyniu żaroodpornym, zalać śmietaną lub sosem pomidorowym i posypać żółtym serem. Chwilę zapiekać.

## Twoje notatki do przepisu: