

Kotlety rybne bez maszynki

Autor: **Mioo**Przepisów: **21** Ocena: **53**

1-2 os.



60 min



średnie



przystępne

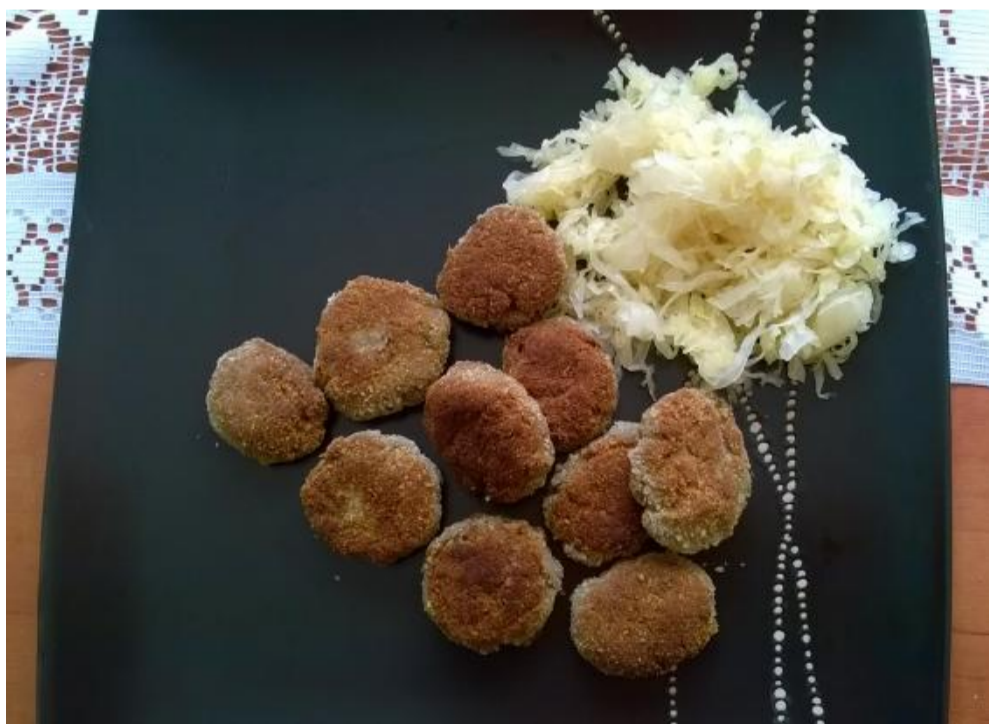


Składniki:

- ryby ok. 13szt.(karasie, płotki, wzdreği)
- bułka tarta
- białko z jednego jajka
- świeży koperek
- szczypiorek
- sól, pieprz, bazylija, imbir w proszku, sos sojowy

Sposób przygotowania:

1. Ryby zalać wrzątkiem i doprowadzić do wrzenia.
2. Odcedzić, przelać zimną wodą i obrać z większych ości i płetw.
3. Ryby wrzucić do wąskiego pojemnika i zmielić dokładnie blenderem razem z przyprawami.
4. Dodać białko jajka i trochę bułki tartej. Formować małe kotleciki i obtaczać w bułce tartej.
5. Smażyć na dobrze rozgrzanym oleju.



Twoje notatki do przepisu: