

Kotlety rybne z dodatkiem warzyw

Autor: **kucharka-amatorka**Przepisów: **429** Ocena: **6204**

3-4 os.



60 min



łatwe



tanie



Składniki:

- 40 dag dorsza lub miruny
- 4-5 pieczarek
- 1 cebula
- 1 ząbek czosnku
- 1 papryczka chili
- 10 cm pora
- 1/2 czerwonej papryki
- 1 bułka
- 2 jajka wiejskie
- 1-1 1/2 szkl. otręb pszennych
- przyprawy: sol, pieprz, papryka ostra
- olej rzepakowy do smażenia

Sposób przygotowania:

- 1 Filet rybny rozmrozić i drobno pokroić lub przepuścić przez maszynkę do mięsa. Bułkę namoczyć w ciepłej wodzie. Warzywa umyć i drobno pokroić. Oczywiście, pieczarki nie myć tylko pokroić. W misce umieścić pokrojony filet rybny, warzywa, odcisnięta bułkę, jajka i przyprawy. Całość dokładnie wyrobić. Zagęścić otrębami. Formować kotlety i znów obtoczyć w otrębach. Smażyć na oleju z obu stron. Odsączyć z nadmiaru tłuszczu na ręczniku papierowym.



Twoje notatki do przepisu: