

Krokiety z jajem na oleju kokosowym



Autor: **QuchniaWege**
Przepisów: 9 Ocena: 166



1-2 os.



30 min



średnie



przystępne



Składniki:

- naleśniki, 4 sztuki
- jajka na ugotowane na twardo, 6 sztuk
- ugotowany brokuł, 250 g
- przyprawy (sól, zioła, pieprz), po płaskiej łyżeczce
- sezam do panierowania
- jajko rozkłócone do panierowania
- olej kokosowy (lub inny tłuszcz) do smażenia

Sposób przygotowania:

- 1 Jajka i brokuł kroimy na mniejsze kawałki, doprawiamy wg uznania i zawijamy tak powstały farsz w naleśniki. Krokiety obtaczamy w jajku i sezamie i kładziemy na rozgrzany na patelni olej kokosowy, który w między czasie przybierze już konsystencję lejącą. Smażymy krokiety z każdej strony na złoty kolor.

Twoje notatki do przepisu: