

Куриные котлеты с морковью и петрушкой

Автор: Мухаббат

11.07.2012 08:10 - Обновлено 11.07.2012 08:13



Нежные, пикантные и быстрые в приготовлении котлеты. Можно подавать с различным гарниром, а можно, как я, со свежеприготовленным зверобоем.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Куриные котлеты с морковью и петрушкой

Автор: Мухаббат

11.07.2012 08:10 - Обновлено 11.07.2012 08:13

на 10 котлет:

300 гр. куриного фарша

1 яйцо

1 средняя луковица

1 большая морковь

10 веточек петрушки

2 зубчика чеснока

соль

молотый чёрный перец

Куриные котлеты с морковью и петрушкой

Автор: Мухаббат

11.07.2012 08:10 - Обновлено 11.07.2012 08:13

манная крупа для панировки

растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Луковицу очистить, вымыть и натереть на крупной тёрке. Морковь очистить и натереть на мелкой тёрке. Веточки петрушки вымыть, удалить грубые стебли и измельчить. Чеснок очистить и измельчить. Яйцо взбить венчиком.

В чашку выложить фарш, влить яйцо, добавить лук, морковь, петрушку и чеснок. Посолить и поперчить по вкусу, и хорошо вымесить фарш.

На плоскую тарелку насыпать манную крупу. Сформовать из фарша котлету (фарш

Куриные котлеты с морковью и петрушкой

Автор: Мухаббат

11.07.2012 08:10 - Обновлено 11.07.2012 08:13

слегка будет липнуть к рукам, поэтому можно предварительно смачивать руки водой), обвалять со всех сторон манной крупой.

На сковороду налить растительное масло так, чтобы покрыло всё дно и разогреть. Обжаривать котлеты на среднем огне с обеих сторон до золотистой корочки. Выложить готовые котлеты на бумажное полотенце.

Подавать с любым гарниром. Я подавала со свежеприготовленным зверобоем (натереть помидоры на тёрке, добавить измельчённый чеснок и перец чили, рубленную кинзу, посолить по вкусу) самое то, в летнее время года.

{jcomments on}