

# Kotlety z kaszy jęczmiennej



## Składniki

30 dkg - Kaszy  
jęczmiennej  
2 szt. - Jajka  
2 szt. - Cebule  
2-3 szklanka - Bułka tarta  
2 szklanka - Olej  
3 szczypta - Przyprawy  
według uznania

## Opis wykonania

Jak wiadomo od wieków kasza jest bardzo zdrowa dzisiaj polecam kotlety z kaszy jęczmiennej w smaku podobne do popularnego mielonego.

Kaszę gotujemy i studzimy, cebulę podsmażamy, do kaszy dodajemy podsmażoną drobno pokrojoną cebulkę jajko i przyprawy według uznania dodajemy odrobinę bułki tartej i wszystko mieszamy, formujemy kotlety i obtaczamy je w rozbełtanym jajku i bułce tartej i smażyjemy. Smacznego.