

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.