

Kotleciki jajeczne z komosą ryżową



Składniki

4 szt. - Ugotowane na twardo jajko
0,5 szklanka - komosa ryżowa
1 szt. - pęczek pietruszki
2 łyżka - prażony sezam
2 łyżeczka - prażony len
1 szt. - jajko
1 łyżka - bułka tarta
1 łyżeczka - sól i pieprz do damku
1 łyżka - olej kokosowy do smażenia

Opis wykonania

Kotleciki jajeczne z komosą ryżową

W misce łączymy: posiekane jajka, ugotowaną i ostudzoną kaszę, posiekaną pietruszkę, sezam, len, bułkę tartą i jajko. Wszystko mieszamy i doprawiamy. Formujemy ręcznie kotleciki i smażymy na rozgrzanej patelni z olejem kokosowym na złoty kolor z obu stron.