Kotlety z kalafiora ze słonecznikiem

Przepis

Informacje :

Stopień trudności: łatwy
Czas przygotowania: 5 min
Liczba porcji: 4
Czas smażenia: 10 min

Użyte akcesoria :

- nóż
- mieszadło
- tarcza

Przygotowanie :

Krok 1 - Do naczynia miksującego włożyć nóż. Wsypać słonecznik i włożyć czosnek. Zamknąć pokrywą dzbanka, zamknąć zaślepkę, posiekać – czas 10 sekund, prędkość 10.

Krok 2 - Otworzyć pokrywę, wyjąć nóż, założyć trzpień i tarczę do tarcia. Zamknąć pokrywą tarczy. Zetrzeć cebulę i kalafiora – czas 40 sekund, prędkość 6.

Krok 3 - Otworzyć pokrywę, usunąć tarczę i trzpień. Za pomocą łopatki wyjąć zawartość dzbanka do innego naczynia.

Krok 4 - W dzbanku umieścić mieszadło. Włożyć posiekanego kalafiora ze słonecznikiem, dodać posiekany koperek, wybite jajka, olej, kaszę jaglaną, mąkę ziemniaczaną, miód, olej oraz sól, pieprz i majeranek. Zamknąć pokrywę tarczy, zamknąć zaślepkę, wymieszać masę – czas 1 minuta, prędkość 4.

Krok 5 - Otworzyć pokrywę, za pomocą łopatki wyjąć masę do innego naczynia. Z masy formować okrągłe, nieduże, lekko spłaszczone kotlety. Kotlety smażyć z obydwu stron na średnio rozgrzanym oleju do uzyskania złotego koloru. Podawać jako samodzielne danie obiadowe z sosem i surówką.