



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)  
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецептыз

---

## Котлеты «Сахан» Sahan Köftesi



500 гр. фарша  
1 средняя луковица  
1 зубчик чеснока  
1 толстый кусочек черствого хлеба  
8-10 веточек петрушки  
1 ч.л. кумина  
0,5 ч.л. черного молотого перца  
1 ч.л. соли  
3 ст.л. подсолн. масла

- # Хорошо смешать хлеб, потертый лук, чеснок и соль.
- # Добавить фарш, кумин, черный перец и мелко рубленную петрушку. Месить 5-6 минут.
- # Из фарша налепить круглые котлеты размером с грецкий орех и слегка прижать пальцами чтобы получилась круглая плоская котлета.
- # Котлетки плотно выложить на сковороду, закрыть крышкой и на медленном огне готовить в собственном соку минут 35-40.
- # Подавать горячими с гарниром по желанию.

Котлетки готовятся в собственном соку, поэтому цвет не изменится.