



Котлеты из цветной капусты

Karnabahar Köftesi



1 небольшой кочан цветной капусты
250 гр. куриного мяса без кожи
3 ст. л. муки
0,5 стакана подсл. масла
1 ч.л. черного молотого перца
1 ч.л. красного острого перца
2 шт. зеленого лука
10 веточек укропа
Куриный бульон
Панировочные сухари
1 ч.л. соли

- # Куриное мясо положить в кастрюлю, налить воды ровно столько сколько мяса, сварить на среднем огне.
- # Цветную капусту разделить на соцветия, положить в другую кастрюлю, налить воды столько чтобы закрыть капусту, немного посолить и варить на среднем огне.
- # Когда капуста сварится отбросить её на дуршлаг, промыть под холодной водой и мелко порезать.
- # В кастрюлю налить подслн. масло, поставить на медленный огонь, когда нагреется добавить муку. Помешивать пока исчезнет запах муки.
- # Затем добавить порезанную капусту, и постоянно помешивая по- немногу добавлять куриный бульон. Когда загустеет, снять с огня.
- # Куриное мясо разделить на тонкие волокна. Зеленый лук и петрушку мелко порезать.
- # Курицу, лук и укроп добавить в остывшую капусту, посолить, поперчить. Добавить немного панировочных сухарей, замесить. Сухари добавлять пока фарш перестанет прилипать к рукам.
- # Из приготовленного фарша налепить круглые котлетки и выложить их на сервисную тарелку.

Котлеты из цветной капусты, после того как налепили, можно поджарить в масле.