



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

Котлеты фаршированные кабачком

Kabaklı Köfte



500 гр. нежирного фарша
2 кусочка ерстового хлеба
1 крупная луковица
0,5 ч.л. черного перца
1 ч.л. соли
0,5 стакана муки
Для начинки:
1 среднего размера кабачок
Для соуса:
2 шт длинного зеленого перца
2 крупных помидора
1 ст.л. томатной пасты
0,5 ч.л. соли
6 ст.л. подсолн. масла
1,5 стакана воды или мясного бульона

- # Хлеб, тертый на терке лук и соль хорошо премешать чтобы хлеб стал мягким. Добавить фарш, перец, месить 6-7 минут.
- # Фарш накрыть и поставить в холодильник на 1 час.
- # Из фарша налепить круглые котлетки размером чуть больше грецкого ореха. Затем ладошками, прижимая, сделать котлеты плоскими.
- # В середину котлет положить тертые на терке кабачки, края котлет стянув, скатать в форму мячика. Затем обвалять в муке.
- # Приготовить таким образом все котлеты, затем снова поставить в холодильник.
- # Приготовим соус, В кастрюлю налить масло, нагреть на среднем огне, добавить очищенный от семечек мелко порезанный перец.
- # Когда перец слегка поджарится добавить томатную пасту, очищенные от кожуры мелко порезанные помидоры. Готовить пока помидоры потеряют форму, затем добавить соль и 1,5 стакана воды или мясного бульона, довести до кипения.
- # В кипящий бульон положить фаршированные кабачком котлеты, закрыть крышкой и на среднем огне варить 17-20 минут.
- # Подавать горячими.

Чтобы котлеты не развалились, их следует ложить именно в кипящий бульон.