



## Котлеты с шинатом

Ispanaklı Köfte



500 гр. нежирного говяжего фарша

1 стакан панировочных сухарей

1 ст.л. кокосовой стружки

1 средняя луковица

2 зубчика чеснока

1 яичный белок

1 ч.л. сладкой паприки

1 ч.л. черного перца

1,5 ч.л. соли

Для начинки:

Пол- пучка шината

1 яичный желток

1 ст.л. тертого сыра

0,5 ч.л. черного перца

0,5 ч.л. соли

Жарить:

1 стакан подсолн. масла

# Шинат помыть, листья и стебли мелко порезать. Положить в небольшую кастрюльку, накрыть крышкой и на медленном огне готовить 30 минут.

# В чашку положить фарш, тертый на терке лук, толченый в ступке чеснок, яичный белок, панировочные сухари, кокосовую стружку, сладкую паприку, черный перец и соль. Месить 10 минут, затем поставить в холодильник на 30 минут.

# Приготовленный и остывший шинат руками отжать, добавить тертый сыр, яичный желток, соль и перец, перемешать. Разделить на 8 равных частей, каждую часть скатать в шарик.

# Фарш достать из холодильника, разделить на 8 равных частей. Смачивая руки водой, каждую часть размять в круглую лепешку диаметром 10-12 см.

# Затем на середину лепешки положить приготовленные шарики из шината. Стянуть края лепешки и скатать в форму мячика, после чего слегка придавливая ладошками придать форму плоской котлеты.

# В сковороде нагреть масло и пожарить котлеты с двух сторон. Подавать горячими.

Для того чтобы добавить вкуса котлетам, в фарш можно положить 1 ст.л. горчичного соуса.