



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

Куриные котлеты с помидорами

Domatesli Tavuk Köftesi



600 гр. куриного филе
1 маленькая луковица
4 зубчика чеснока
2 ст.л. манной крупы
1 кусочек черствого хлеба
1 яйцо
1 ч.л. кумина
0,5 ч.л. черного молотого перца
1 ч.л. соли
Для томатного соуса:
3 помидора
0,5 ст.л. томатной пасты
5 ст.л. растит. масла
0,5 ч.л. сахара
0,5 ч.л. соли
2 стакана воды

- # Куриное филе, лук, чеснок и черствый хлеб крупно порезать, затем измельчить в блендере до однородного состояния.
- # Затем добавить яйцо, манную крупу, кумин, черный перец и соль.
- # Замесить фарш, сделать из фарша не большие круглые плоские котлетки и положить на застланный пергаментной бумагой противень.
- # Поставить противень в заранее разогретую до 200 градусов духовку и готовить пока котлеты зажарятся.
- # В кастрюле пассировать несколько минут томатную пасту в масле.
- # Добавить очищенные от кожуры, мелко резанные помидоры, сахар и соль. Готовить пока помидоры станут мягкими.
- # Затем налить горячую воду и довести до кипения.
- # Готовые котлеты положить в соус, накрыть крышкой и готовить на медленном огне 10 минут.
- # Подавать горячими.

Фарш для котлет жидковат, но благодаря тому что манная крупа набухнет, фарш получится нужного состояния.