

detkityumen.ru

Котлеты на овсянке



Где готовим?

Плита

Ингредиенты:

0,5 кг. фарша

0,5 ст. овсяных хлопьев

1/4 ст. молока

1 яйцо

лук, чеснок, соль, перец и пр. приправы по вкусу

2 ст.л. томатной пасты

2 ст.л. сметаны

1 ст.л. муки

Приготовление:

Я всегда готовила котлеты на рисе, а тут решила попробовать и другие варианты, этот рецепт нашла в Кулинарной книге Алии и сделала котлетки со своим любимым подливом. Мужу эти котлеты понравились больше. Так что пробуйте кто так еще не делал)

Шаг 1: Яйцо смешиваем с молоком и заливаем этой смесью овсяные хлопья и даем постоять минут 30.

Шаг 2: В фарш (я взяла 50/50 свинину и говядину) добавляем лук, все необходимые специи и овсяную смесь, тщательно перемешиваем.

Шаг 3: Из получившегося фарша формируем котлеты и обжариваем с 2-х сторон до золотистого цвета.

Шаг 4: Так как я не люблю "сухие" котлеты, то я решила сразу сделать подлив, если вы хотите без подлива, то эти котлетки все равно нужно пропарить на водичке, чтобы мясо и овсяные хлопья приготовились.

В стакане с теплой водой развожу томатную пасту и заливаю этой смесью котлеты, при необходимости в сковородку доливаю еще водички, чтобы котлеты практически полностью были закрыты жидкостью, добавляю лавровый лист, закрываю крышкой и даю потушиться им таким образом 5 минут, затем переворачиваю котлеты и

еще 5 минут.

Шаг 5: В это время в стакане прохладной воды тщательно размешиваю сметану и муку и заливаю этой смесью котлеты.

При необходимости доливаю еще водичку, чтобы сделать подлив необходимой мне консистенции, подлив так же солим и перчим по вкусу и вновь некоторое время держим котлеты под крышкой (примерно так же по 5-7 минут с каждой стороны).

При формировании котлет можно пользоваться панировочными сухарями, но в целом они "держатся" достаточно хорошо, главное не делать овсяную смесь жидкой. Приятного аппетита!

04.03.2014

[Tyume nochka](#)

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/recipe/52/