



# Kotlety ziemniaczane

- 600 g ziemniaków (zważonych po obraniu)
- pęczek posiekanego szypiorku
- 3 łyżki mąki ziemniaczanej
- 2 łyżki średnio ostrej musztardy
- szczypta gałki muskatołowej
- sól
- pieprz
- olej rzepakowy do smażenia



Dodatkowo do podania

- mały pęczek natki pietruszki
- świeży szpinak
- kapusta czerwona
- kilka marchewek
- 1 łyżeczka musztardy na porcję

**1.** W garnku zagotuj wodę, a obrane ziemniaki pokrój na 4 części i wrzuć do osolonego wrzątku. Ziemniaki odcedź i rozgnieć tłuczkiem lub przeciśnij przez praskę. Odstaw do ostudzenia. **2.** Do przestudzonych ziemniaków dodaj szczypiorek, musztardę, przyprawy oraz mąkę ziemniaczaną i dokładnie wymieszaj. **3.** Masa powinna się ładnie lepić. Formuj kotleciki, nakładając czubatą łyżkę masy ziemniaczanej na dłoń i kolejno dociskając dłońmi. **4.** Gotowe kolety smaż po kilka sztuk na rozgrzanym oleju rzepakowym, po 3-4 minuty z każdej strony do zarumienienia. **5.** Po usmażeniu kotlecików możesz również lekko podsmażyć pokrojoną w plasterki marchewkę. **6.** Kotlety podawaj gorące ze świeżym szpinakiem, natką pietruszki, posiekaną czerwoną kapustą i marchewkami, dodatkowo wymieszane z łyżeczką musztardy.

## PRZEPIS NA 12 KOTLECİKÓW



Bezglutenowy



Wegański

