



КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ



 35 минут

 173 ккал; БЖУ 10/12/5 (на 100 г)

 1014 г (каждая порция)

 Предварительно разморозьте говяжий фарш

Ингредиенты:

говяжий фарш, яйцо, панировочные сухари, чеддер, орегано, куркума, горчица, вяленые томаты, рис Басмати, репчатый лук, шампиньоны, петрушка, майонез, бастурма.

КЛАССИК-МЕНЮ



1
Включите разогреваться духовку (180 °С). Шампиньоны нарежьте на четвертинки. Очищенную луковичу и вяленые томаты мелко порубите. Чеддер нарежьте на 6 брусочков одинакового размера.



2
Разогрейте сковороду с растительным маслом. Обжарьте половину лука до прозрачности, добавьте к нему шампиньоны и готовьте, помешивая, на среднем огне 5 минут.



3
Рис промойте и добавьте в сковороду к грибам. Добавьте куркуму, посолите, добавьте 300 мл [??] воды, накройте крышкой и тушите до готовности, около 15 минут.



4
Для котлет смешайте в миске фарш, вяленые томаты, горчицу, орегано, яйцо и оставшийся лук. Посолите и поперчите по вкусу. Разделите фарш на 6 равных частей, сформируйте 6 котлет, поместив по кусочку чеддера в центр каждой.



5
Обваляйте котлетки в сухарях. Разогрейте сковороду с растительным маслом и обжарьте котлеты по 2 минуты с каждой стороны до золотистой корочки.



6
Выложите на противень и доведите котлеты до готовности в духовке, 10 минут. Подавайте котлеты с грибным рисом и листиками свежей петрушки.