# KOTLETY MIELONE Z KURCZAKA ZAGRODOWEGO

30 minut

**Lista składników**:

Kotlety:
opakowanie mielonego mięsa z Kurczaka Zagrodowego
1 jajko
15 g bułki tartej (+10g do obtoczenia)
pół drobno posiekanej cebuli
szczypta soli, pieprzu i przyprawy do mięsa mielonego smaku
15 g oleju rzepakowego do smażenia
Kasza grzybowa:
100 g kaszy gryczanej białej
240 ml wody
5-10g drobno krojonych grzybów suszonych
Sałatka z buraka:
2 buraki
1 jabłko
1/4 drobno posiekanej cebuli czerwonej
łyżka soku z cytryny
sól i pieprz do smaku

**Obejrzyj film**

**Sposób przygotowania:**

1. W dużej misce umieść mielone mięso z Kurczaka Zagrodowego. Dodaj drobno posiekaną cebulę, rozbite jajko, bułkę tartą i przyprawy.
2. Wszystkie składniki dokładnie wymieszaj, a masę na kotlety wyrabiaj dłonią przez 2-3 minuty.
3. Na talerzu umieść pozostałe 10 g bułki tartej. Zmocz lekko dłonie, aby łatwiej formować kotlety.
4. Formuj kotlety mielone z masy mięsnej, obtaczając je w bułce tartej.
5. Na patelni na rozgrzanym oleju rzepakowym smaż kotlety na średnim ogniu z obu stron, aż staną się złociste.
6. Po usmażeniu, wyjmij kotlety na ręcznik papierowy, aby pozbyć się nadmiaru tłuszczu.
7. W międzyczasie ugotuj kaszę w lekko osolonej wodzie. By miała więcej smaku, możesz dodać do niej grzyby suszone.
8. Buraka i jabłko zetrzyj na tarce na grubych oczkach. Dodaj do nich posiekaną cebulę, sok z cytryny, sól i pieprz. Wymieszaj.
9. Podawaj kotlety mielone z Kurczaka Zagrodowego z kaszą i sałatką z buraka. Smacznego!