



## Wegetariańskie kotleciki ryżowe

Przepis zaproponowany przez Gdziebylca: [sprenzynka](#), dnia 23 Września 2011r. o 19:12

Tagi: [Obiady](#), [Wegetariańskie](#)

Rodzaj dania: [dania główne kasza](#), [ryż](#)

Rodzaj kuchni: [wegetariańska](#)

Rodzaj mięsa: [danie bezmięsne](#)

### Składniki przepisu

Nazwa	Ilość	Miara	Kategoria produktu
ryż biały	1	szklanka	dodatki
ser żółty dowolny	1/3	szklanka	nabiał
jajo kurze	1	szt.	nabiał
kostka rosółowa warzywna	1	szt.	przyprawy i zioła
sól	1	szczypta	przyprawy i zioła
pieprz czarny mielony	1	szczypta	przyprawy i zioła
bułka tarta	2	szklanka	dodatki
olej lub oliwa dowolna	3	szklanka	płyny i sosy
szczypior świeży	1	łyżka	przyprawy i zioła

### Opis

Ryż zagotować, a właściwie lekko rozgotować dodając kostkę rosółową. Uwaga, lubi się przypalać.

Po ugotowaniu odcedzić i przynajmniej trochę wystudzić. Do ryżu wrzucić posiekany szczypiorek, starty ser a także wbić jajko, żeby się wszystko siebie trzymało. Doprawić solą i pieprzem. Formować małe, płaskawe kotlety i, po obtoczeniu w bułce tartej, rzucać na ruszt do zezłocenia.

Najlepiej podawać z sosem pieczeniowym ciemnym z torebki. Ewentualnie pomidorowym lub pieczarkowym.

Dla ilu osób:

6

Danie dietetyczne:

tak

Poziom skomplikowania: łatwe do przygotowania

Czas przygotowywania: 0godz. 30min.

Cana:

Liczba kalorii: