
Krokiety z fasoli-taamia

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 1755 razy.

szklanka białej fasoli

4 łyżki posiekanej zielonej pietruszki,

3/4 szklanki tartej bułki,

4 łyżki wody,

1/2 szklanki zmielonych orzechów włoskich,

roztrzepane jajo,

posiekana cebula,

1-2 roztarte ząbki czosnku,

sól,

kolendra,

1/4 łyżeczki sody oczyszczonej,

olej do smażenia

Przebrana, wypłukaną fasolę zalać wodą, odstawić na noc, odcedzić . Tarta bułkę skropić 2-3 łyżkami wody. Fasolę zemieć , wymieszać z pozostałymi składnikami, utrzeć na jednolitą masę, odstawić na 2 godz. Formować z masy krokiety, smażyć na rozgrzanym tłuszczu przez 6-8 min z każdej strony, utrzymując średni ogień. Podawać z ryżem, makaronem lub marchewką.

From Z.Wodecki <wodecki@kki.net.pl>