Ќофтиња со брокула и карфиол

Фичо ќе направи вкусно мезе, зелени ќофтиња од брокула и карфиол, кои може да ги подготвите додека пристигнуваат гостите!

Вид на оброк: **Предјадење**
Комплексност: **Лесно**
Број на лица: **6 лица**
Време на подготовка: **до 3о минути**

Состојки:

- 1 китка брокула
- 1/4 китка карфиол
- 1 jajце
- 2-3 лажици лебни трошки
- малку бибер
- ФАНТ за ќофте

За ПОХУВАЊЕ ќе ви треба:

- брашно или лебни трошки
- 2 jajца

Чекор 1

Брокулата и карфиолот одделете ги на мали парченца.

Ставете ги во сецко и испасирајте ги. Во смесата додадете го јајцето и зачини по желба.

Додадете ја и приготвената смеса ФАНТ за ќофте.

Чекор 2

Од добиената смеса направете ќебапчиња и валкајте ги во брашно и јајце.

Доколку е потребно повторете ја постапката и испржете ги ќофтињата.

Чекор 3

Сервирајте!

Совет

Ќофтињата може да ги подготвите и само од карфиол, или само од брокула, според вашиот вкус.

Користени производи:

Длабока тава со рачки

Рачен блендер 3 во 1

delimano®

Ти благодариме што си дел од МоиРецепти заедницата.
Испрати го твојот омилен рецепт на www.moirecepti.mk