

Котлеты с начинкой



На 100 грамм:
Калорийность: **182.56 ккал.**
Белки: **13.66 г.**
Жиры: **14.07 г.**
Углеводы: **1.53 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/kotlety-s-nachinkoj/>

Ингредиенты:

для фарша:

- куриный фарш — 500 г
- луковица — 1 шт
- чеснок — 1-2 зубчика
- яйца — 2 шт
- соль — по вкусу
- перец — по вкусу

для начинки:

- сыр натертый на мелкой терке (моцарелла) — 100-150 г
- вареные яйца натертые на мелкой терке — 2 шт
- петрушка мелко нарезанная — по вкусу
- укроп мелко нарезанный — по вкусу
- сливочное масло к. т. — 2 ст. л
- приправы — по вкусу и желанию

Приготовление:

Приготовить начинку. Приготовить фарш. Руки намочить в воде, набрать ложкой фарш, сделать в середине углубление и положить туда начинку. Сформировать котлетку. Мокрыми руками это легко сделать — фарш не липнет. Жарить на разогретом растительном масле, на слабом огне, с двух сторон до румяной корочки. Накрывать крышкой не надо.