

Куриные котлеты с кабачком

Категория: [Вторые блюда](#)

Автор: Kosshechka

Котлеты из куриных грудок обладают прекрасным нежным вкусом. Добавление мякоти кабачка делает котлеты более нежными. Вы обязательно должны попробовать это блюдо.



Пошаговый рецепт как приготовить курины котлеты с кабачком с фотографиями.

Такие котлеты подойдут для детского питания и для людей заботящихся о своём здоровье

Ингредиенты

2 шт куриных грудок

1 шт кабачок среднего размера

2-3 ст/л муки

1 шт яйцо куриное

по вкусу соли

Способ приготовления куриных котлет

Кабачок промыть в холодной воде и очистить от кожуры. Натереть на крупной тёрке и оставить на пару минут, чтобы он пустил сок. Затем кабачки отжать и весь лишний сок слить.



Куриные грудки нарезать небольшим кубиком и соединить в миске с кабачком. Добавить туда сырое яйцо , муку и соль по вкусу.



Все ингредиенты тщательно перемешайте до получения однородной массы. Жарить котлеты нужно на предварительно разогретой сковороде , с двух сторон до образования корочки



Готовые куриные котлеты отлично сочетаются со свежими овощами зеленью. Можно дополнить блюдо сметанным соусом и листьями салата. Приятного аппетита!

