



Шницели с кайма и зеленчуци

Съставки

- 250 г телешка кайма
- 1 тиквичка
- 2 моркови
- 1 глава лук
- 200 г кисело мляко
- 2 яйца
- 200 г пшеничено брашно
- 1 щипка чубрица
- 1 щипка черен пипер
- 0.5 връзка магданоз
- 1 щипка сол
- 1 скилидка чесън
- 1 връзка копър
- 1 с.л. майонеза
- 1 ч.ч. кисело мляко
- 1 скилидка чесън
- 2 ч.л. сушен копър

Указания

1. Тиквичките се обелват, настъргват и отцеждат от сока им.
2. Морковите също се настъргват, а лукът се нарязва на ситно. Всички продукти се разбъркват заедно с каймата в купа.
3. Загребете с лъжица от получената рядка смес и пуснете в предварително загрято олио. Шницелите се пържат от двете страни до готовност, а след това се оставят на домакинска хартия, за да се отцедят.
4. Разбъркайте продуктите за соса в купа и сервирайте заедно с шницелите.

38 мин.

| | |
|--------------|-------------|
| Въглехидрати | 69.75 g |
| Енергия | 622.95 kcal |
| Мазнини | 24.38 g |
| Протеин | 40.87 g |

4 порции