KIKKOMAN

Рыбные котлеты с кокосом

Общее время **55 мин** **5 мин** Время подготовки **50 мин** Время приготовления

Пищевая ценность (на порцию):
2939 кДж / 702 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 порции

750 г	картофеля, очищенного и порезанного на 4 части
500 г	филе трески
50 г	сливочного масла, растопленного
75 мл	Соевый соус натурального брожения Kikkoman
2	мелко порезанных зубчика чеснока
0,5	красного перца чили, мелко нарезанного
5	пучок зеленого лука, крупно нарезанный свежего кориандра, крупно нарезанного мука
2	взбитых яйца, немного молока
100 г	панировочных сухарей
100 г	стружки кокоса
30 мл	подсолнечного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Шаг 1

Отварить картофель, слить воду, потолочь и охладить. Треску варить 8–10 минут, затем охладить, очистить от костей, порезать на маленькие кусочки. Смешать треску с толченым картофелем. Добавить сливочное масло, соевый соус, чеснок, перец чили, зеленый лук и кориандр - хорошо перемешать. Из полученной массы сделать 8 котлет одинакового размера и обвалять каждую котлету в небольшом количестве муки. Охладить в течение 15 минут. В это время смешать в плоской тарелке панировочные сухари и стружку кокоса. Затем обмакнуть каждую котлету во взбитое яйцо и обвалять в смеси из стружки кокоса и панировочных сухарей. Обжарить котлеты в горячем масле по 3 минуты с каждой стороны. Подавать лучше всего с различными видами хрустящих салатов.