

Chiftelute din legume

15—20 Min.

Pregătire

1. Mai întâi, se curăță cartofii dulci și se dau prin răzătoare. Dovlecii se spală și se dau pe aceeași răzătoare. Se toacă fin ceapa verde. Se pun legumele într-un castron, se adaugă toate celelalte ingrediente și se amestecă bine.
2. În etapa următoare se încălzește aproximativ 100 ml de ulei la foc mediu. Se formează chifteluțe cu o lingură și se pun în ulei. Se prăjește timp de aproximativ trei minute pe fiecare parte. Se scot chifteluțele prăjite într-o tavă căptușită cu prosoape de hârtie.
3. În cele din urmă se amestecă toate ingredientele pentru sos într-un vas. Chifteluțele de legume vor fi servite împreună cu sosul.

Ingrediente 4 Porții

= Kotányi Produkte

280 g	Cartofi dulci
170 g	Dovlecei zucchini
3 buc	Ceapă verde
1 buc	Ou
40 g	Făină
100 g	Brânză feta
2 linguriţe	Grill grătar amestec de asezonare
	Ulei pentru prăjit

Pentru sos:

160 g	Iaurt grecesc
1 linguri'[	Miere
.5 buc	Lime (suc și coajă)
1 linguriță	Ghimbir, dat prin răzătoare
2 linguriţe	Verdeţuri italiene
1 praf	Sare de mare iodată
1 praf	Bio Piper Mozaic boabe