

## 8 хитростей для приготовления вкусных и полезных котлет



Страница статьи: <https://www.yournutrition.ru/articles/8-hitrostej-dlya-prigotovleniya-vkusnyh-i-poleznyh-kotlet/>

1. Лучше всего смешивать разные фарши: из свинины, говядины, баранины.
2. Молоко лучше не добавлять в фарш. Разводить фарш нужно теплой кипяченой водой - до консистенции густой сметаны.
3. Класть в фарш нужно только яичные желтки.
4. Чем больше лука положить в фарш, тем вкуснее будут котлеты.
5. Хлеб в фарш добавлять не обязательно. Попробуйте добавить любые овощи: капусту, картофель, морковь.
6. Жарить котлеты нужно на хорошо разогретой сковороде, смазанной маслом.

7. Если вам нравится, в качестве панировки можно использовать молотые сухари, овсянку или цельнозерновую муку.
8. Можно формировать котлеты мокрыми руками и сразу класть на разогретую сковороду. А если вы обмакнете их во взбитый белок, они получатся особенно вкусными и сочными.