

کتلت تن ماهی

مواد لازم کتلت تن ماهی

پیاز یک عدد

جعفری ریز خرد شده دو قاشق غذاخوری

تن ماهی یک قوطی

سیر سه حبه

آرد دو قاشق غذا خوری

تخم مرغ دو عدد

زیره یک قاشق چایخوری

روغن نمک و فلفل سیاه به میزان لازم

طرز تهیه کتلت تن ماهی

تخم مرغ ها را در ظرفی بشکنید و هم بزنید تا یکدست شود.

زیره سیاه، سیر له شده، نمک و فلفل و پیاز رنده شده آب گرفته را به تخم مرغ اضافه کرده مخلوط کنید.

تن ماهی را داخل آب به مدت ۲۰ دقیقه بجوشانید سپی در قوطی را باز کرده و روغنش را جدا کنید و گوشت ماهی را در میکسر با یا دست خرد کنید و به تخم مرغ اضافه کنید.

آرد را به اندازه ای اضافه کنید که مایع کتلت از شلی در بیاید.

دستتان را مرطوب کنید و از مایه کتلت برداشته و شکل دهید و در روغن داغ سرخ کنید.

کتلت تن ماهی را با سبزی های تازه و سس تند میل نمایید.