

Aşa reţetă să tot găteşti – Chiftele de varză



Aşa reţetă să tot găteşti – Chiftele de varză



Această reţetă reprezintă o modalitate creativă de a transforma varza într-un fel de mâncare savuros şi potrivit pentru orice ocazie. **Chifteluţele din varză** sunt o opţiune excelentă pentru un prânz sau o cină uşoară, oferind o alternativă vegetariană delicioasă la chifteluţele tradiţionale. Poftă bună!

- 500 g varză
- 5 g sare
- 1/2 linguriţă piper proaspăt răşnit
- 1 linguriţă boia dulce afumată
- 1 morcov mediu
- 1 ceapă mică
- 3-4 căţei de usturoi
- 100 g făină

▪ 60 g amidon de porumb

1. Tăiați varza mărunt și amestecați-o cu sare, piper, boia afumată, morcovul ras, ceapa și usturoiul tocat.



2. Adăugați făina și amidonul de porumb, amestecând bine până obțineți o consistență similară cu cea a aluatului.
3. Formați biluțe din compoziție, folosind mâinile bine spălate.



4. Încingeți uleiul într-o cratiță și prăjiți chiftelele până devin aurii și crocante, aproximativ 5-6 minute.
5. Serviți chiftelele calde, eventual cu un sos sau muștar, după preferințe.

