



## Шарики из картофеля и брокколи



### Ингредиенты

◦ Капуста брокколи	1 упаковка (400г)
◦ Перец	по вкусу
◦ Укроп	1 пучок
◦ Картофель	1/2 кг
◦ Кокосовая стружка	2 ст. л.
◦ Сухари панировочные	50 г
◦ Соль	по вкусу

### Способ приготовления:



58 мин



3 порции



138 ккал

1. Отварите брокколи в кипящей воде 7 минут. Добавьте укроп и варите еще 2 минуты. Измельчите с помощью блендера.<br>
2. Картофель отварите и приготовьте пюре. Смешайте с брокколи, посолите и поперчите.<br>
3. Слепите шарики величиной с грецкий орех. Обваляйте в сухарях и выложите в форму на пергамент.<br>
4. Выпекайте 25 минут в разогретой до 180°C духовке. За 10 минут до готовности посыпьте шарики кокосовой стружкой.



### Совет

Домашние панировочные сухари сделать несложно. Нарежьте пшеничный хлеб кубиками, посушите в духовке и измельчите в чаше кухонного процессора.

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>