



קל



25 דקות



4 מנות

## מרכיבים

1 חבילה טבעול סנסשיונל טחון צמחוני

1 בצל בינוני קצוץ דק

2 שיני שום קצוצות

1 ביצה (לא חובה)

1 1/2 כוס פירורי לחם

1/2 כוס שמן לטיגון

## הוראות הכנה

### 1. להכנת תערובת הקציצות

מערבבים בקערה את כל המרכיבים - טחון, ביצה, בצל ושום, מוסיפים מלח ופלפל שחור גרוס לפי הטעם.

### 2.

מכדררים לגודל רצוי ואהוב ומניחים את הקציצות במקרר לשעתיים עד שלוש שעות.

### 3.

מוציאים מהמקרר ומכינים צלחת עם פירורי לחם. טובלים היטב את הקציצות, מכל הצדדים, בפירורי הלחם, עד שהן מצופות לחלוטין.

### 4.

מחממים שמן במחבת (כרבע גובה) ומטגנים כמה דקות מכל צד עד השחמה.

### 5. הצעת הגשה

שמים את הקציצות המטוגנות בתוך חלה טרייה בתוספת עגבניות, מלפפונים חמוצים, מיוז או חרדל, או עם כל תוספת או ממרח אחרים אהובים.

המתכון של שף מורן לידור

בדוק מתכונים נוספים ב - TIVALL.CO.IL