

3/1 מהכמות הינה תחליף למנת פחמימה + חלבון גבינה בארוחת ערב

### רכיבים:

3 תפוחי אדמה

1 בצל קטן קצוץ דק וסחוט מנוזלים

1/2 פטרוזיליה קצוצה

3 ביצים

מלח, פלפל

קורט אבקת מרק

מעט קמח

### אופן ההכנה:

1. לבשל תפוחי אדמה במים מומלחים ולגררם לפירה.
2. להוסיף למחית את שאר המרכיבים.
3. ליצור קציצות ולטגן משני הצדדים במעט שמן במולטי שף. להניח על נייר סופג.