



1
Разогрейте духовку до 180°C. С творога слейте жидкость, репчатый лук мелко порубите. Смешайте в миске фарш, творог, лук и яйцо, добавьте соль и перец по вкусу. Хорошо вымешайте фарш.



2
Порвите на соцветия цветную капусту и брокколи. Выложите в форму для запекания, посыпьте солью, перцем и приправой прованские травы.



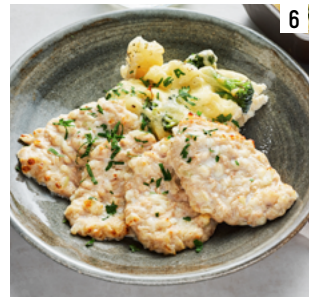
3
Натрите сыр на крупной терке.



4
Залейте капусту половиной сливок, добавьте тертый сыр, запекайте в разогретой духовке 12-15 минут.



5
На противень застелите пергамент, столовой ложкой выложите фарш в форме котлеток, запекайте в разогретой духовке 12 минут.



6
Поддавайте котлетки вместе с запеченной цветной капустой и брокколи, украсив рубленой зеленью.