

Mielone z warzywami i mozzarellą



2MILUTKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

| | |
|--------------------------------------|-----------------|
| mięso mielone | 500 g |
| cebula biała | 1/4 sztuki |
| papryka czerwona | 1 sztuka |
| jajko | 1 sztuka |
| kalafior | 1/2 sztuki |
| bułka tarta | 3 łyżki |
| gałka muskatołowa mielona | szczypta |
| pieprz biały Prymat | do smaku |
| sól do smaku | |
| przyprawa kebab- gyros Prymat | do smaku |
| ser mozzarella | 2 kulki |
| bułka tarta pikantna | do panierowania |
| olej do smażenia | |

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Kalafior podzielić na małe różyczki blanszować 5 minut w osolonym wrzątku, odcedzić przestudzić i drobno posiekać nożem.
- KROK 2 Paprykę umyć wydrążyć z nasion i pokroić w kostkę tak samo cebulkę. Połączyć wszystko w misce z mięsem mielonym, wbić jajko, dodać bułkę tartą doprawić do smaku solą pieprzem oraz gałką i przyprawą do kebabu, wyrobić masę, formować owalne kotleciki i panierować w bułce tartej.

- KROK 3 Smażyć na niewielkiej ilości oleju na patelni z obu stron na rumiano. Po usmażeniu lekko przestudzić.
- KROK 4 Przekroić wzdłuż na połowę Ser mozzarella osączyć z zalewy przekroić na plastry, włożyć po plasterze w środek kotletów, przykryć wierzchem. Ułożyć kotlety w naczyniu żaroodpornym i włożyć do nagrzanego do 180*c piekarnika i trzymać tak długo aż ser się lekko rozpuści. Wyjąć podawać z gotowanymi ziemniakami i kalafiorem pod bułeczką tartą.
Smacznego życzę!