

## Mielone zapiekane z tymiankiem



**AGNIESZKA\_B**



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
5+

### SKŁADNIKI

<b>pieczarki</b>	120 g
<b>śmietana 30%</b>	50 ml
<b>Bułka tarta klasyczna Prymat</b>	2 łyżki
<b>olej rzepakowy</b>	2 łyżki
<b>sos sojowy</b>	1 łyżka
<b>Papryka słodka mielona Prymat</b>	1 łyżeczka
<b>Pieprz ziołowy mielony Prymat</b>	1 łyżeczka
<b>Sól czosnkowa jodowana Prymat</b>	½ łyżeczki
<b>białko</b>	1 szt.
<b>cebula</b>	1 szt.
<b>czosnek</b>	2 ząbki
<b>natka pietruszki</b>	2 łyżki
<b>karkówka</b>	400 bez kości

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

#### Kroki postępowania

- KROK 1 Mięso oczyścić, umyć i osuszyć papierowym ręcznikiem. Pokroić w grubą kostkę. Przełożyć do szklanego naczynia. Posypać papryką słodką mieloną, pieprzem ziołowym i oprószyć solą czosnkową. Wymieszać. Wstawić na 12 godzin do lodówki.
- KROK 2 Przyprawione mięso wyjąć z lodówki. Przepuścić przez maszynkę do mielenia mięsa razem z cebulą i czosnkiem. Do masy dodać bułkę tartą, śmietanę, sos sojowy i posiekaną natkę pietruszki. Wyrobić masę mięsną.

- KROK 3 Na samym końcu masę mięsną połączyć z pokrojonymi na plastry (wcześniej obgotowanymi) pieczarkami i pianą ubitą z białka.
- KROK 4 Formować owalne kotleciki i układać jeden obok drugiego w naczyniu do zapiekania. Pomiędzy kotleciki powkładać gałązki świeżego tymianku. Całość skropić olejem rzepakowym.
- KROK 5 Zapiekać 45 minut w piekarniku nagrzanym do temperatury 180°C. Podawać z podsmażonymi pieczarkami i odrobiną ulubionej 'zieleniny'.

Smacznego :)