

Piramidki mięsne



HALINA17



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

brokuły	1 3 sztuki
mięso mielone z łopatki	50 dag
jajko	1 sztuka
czosnek	2 ząbki
sól do smaku	
pieprz do smaku	
olej do smażenia	
bułka	1 sztuka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Bułkę namoczyć w wodzie, dobrze odcisnąć. Brokuła umyć pod bieżącą wodą, podzielić na różyczki. Włożyć do gotującej się wody, osolonej do smaku. Gotować ok 8 minut. Mięso włożyć do miski, dodać jajko, czosnek przeciśnięty przez praskę, bułkę namoczoną, odcisniętą. Wyrobić mięso, doprawić do smaku solą oraz pieprzem. Jeszcze raz wyrobić. Różyczki brokuła obtoczyć masą mięsną, uformować piramidki. Obtoczyć w bułce tartej. Rozgrzać olej na patelni, smażyć z obu stron.