

nadziewany kalafior



KLAUDIA879



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

mięso mielone	40 dag
jajko	1 szt
Bułka tarta klasyczna Prymat	4 łyżki
musztarda	1 łyżka
cebula	1 szt
soł, pieprz, sok z cytryny	
kalafior	1 szt

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kalafiora dokładnie umyć, zalać wrzątkiem zakwaszonym sokiem z cytryny, gotować około 10 minut.

Zahartować zimną wodą.

Cebule obrać, drobno posiekać, dodać do mielonego mięsa wraz z jajkiem, tartą bułką, solą, pieprzem i musztardą.

Dokładnie wymieszać, doprawić.

Masę wcisnąć między różyczki obgotowanego kalafiora.

Kalafiora owinać folią aluminiową, wstawić do nagrzanego piekarnika i piec około 40 minut.

Podawać polanego masłem z bułeczką lub sosem pomidorowym