

## kotlety ze szpinakiem i sosem kurkowym



### ROSSIE



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

|                                |              |
|--------------------------------|--------------|
| <b>mięso mielone wieprzowe</b> | 500 g        |
| <b>ser gouda</b>               | 100 g        |
| <b>szpinak mrożony brykiet</b> | 8 kostek     |
| <b>jogurt naturalny</b>        | 200 g        |
| <b>natka pietruszki</b>        |              |
| <b>czosnek</b>                 | 3 ząbki      |
| <b>Czosnek suszony Prymat</b>  |              |
| <b>sól</b>                     |              |
| <b>majeranek</b>               |              |
| <b>tymianek</b>                |              |
| <b>kasza manna</b>             | 4 łyżki      |
| <b>bulion</b>                  | 0.5 szklanki |
| <b>masło</b>                   |              |
| <b>olej</b>                    |              |
| <b>kurki</b>                   | 200 g        |

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

do mielonego mięsa wieprzowego ( u mnie z szynki) dodać ser pokrojony w kostkę, 2 łyżki kaszy manny i 3 łyżeczki jogurtu naturalnego, doprawić solą, pieprzem ziołowym, majerankiem, granulowanym czosnkiem, wyrobić masę mięsną i odstawić by kasza ściągnęła mięso. szpinak przesmażyć na łyżce masła z czosnkiem wyciśniętym przez prasę, poddusić 10 minut i odparować nadmiar płynu, przełożyć do miseczeki żeby wystygło. Z mięsa formować kulkę, rozplaszczając na dłoni, na środek powstałego kółka kłaść łyżeczkę szpinaku, przykrywać drugim mięsnym kółkiem i sklejać, obtaczać w reszcie manny i smażyć na rumiano. Kurki przesmażyć na maśle w garnku o grubszym dnie, dodać bulion, resztę jogurtu, czosnek, sól, pieprz i tymianek. Dusimy 10 minut, zagęszczamy mąką, wkładamy kotlety do sosu i dusimy razem kilka minut, posypujemy świeżą natką. Danie podałam z ugotowanym ryżem.

