

Mięsne paluszki z warzywami



RENATAZ-ET



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

mięso mielone drobiowe	50 dag
czosnek ząbki	2-3 szt
Bułka tarta klasyczna Prymat	1 szklanka
marchewka	2 szt
szczypior z cebuli	5 łyżek
jajko	1 szt
olej do smażenia	
sól	do smaku
pieprz	do smaku
cukinia	0,5 szt

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso przyprawić roztartym czosnkiem, dodać jajko, 5-6 łyżek bułki tartej, sól, pieprz oraz posiekany szczypior z cebuli, startą na tarce marchewkę i cukinię. Masę wyrobić, uformować podługne paluszki i obtoczyć je w tartej bułce. Usmażyć z obu stron na rozgrzanym oleju. Podawać z ryżem i sosem.