
Klopsiki na parze 15 min

Dodano: 2010-01-01 17:40:17

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1616 razy.

Kuchnia z szybkowaru

40 dag mielonego mięsa wołowego

2 czerstwe kajzerki (8 dag)

0,5 szklanki mleka

1 jajo

1 łyżka masła

50 dag marchwi

posiekany zielony koperek; sól do smaku

Zmielone (najlepiej dwukrotnie) z namoczoną i potem odcisniętą bułką mięso posolić , zmieszać z jajem i uformować w podłużne klopsiki. Ułożyć na perforowanej lub siatkowej wkładce (np. w koszyczku do frytek), wstawić do szybkowaru. Obok ułożyć oczyszczone całe marchwie posypane lekko solą. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 15 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Podawać polane roztopionym masłem. Jest to smaczne danie dietetyczne.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD