



Greckie pulpeciki jagnięce z czosnkiem

Autor: najlepszewkuchni.pl

Jagnięce pulpeciki smażone na patelni są bardzo smacznym i delikatnym daniem. Można podawać je z pomidorkami cherry. Jagnięcina to jedno z najzdrowszych mięs, bogate w białko oraz witaminy z grupy B. To niezwykle wartościowe źródło potasu i selenu.

Przygotowanie

Krok 1

Mięso cielęce umieszczamy w dużym naczyniu. Dodajemy jajko, czosnek, oregano, tymianek, pokrojoną drobno marchew i cebulę wraz z kukurydzą. Wszystko dokładnie mieszamy. Dodajemy bułkę tartą i po raz kolejny mieszamy ją ze wszystkimi składnikami.

Krok 1

Z mięsa formujemy małe pulpeciki, które lekko spłaszczamy.

Krok 3

Na dużej patelni rozgrzewamy oliwę. Wrzucamy do niej przygotowane wcześniej kotleciki. Smażymy je na dużym ogniu przez 2 minuty z każdej strony.

Krok 4

Posiekane drobno zioła mieszamy z dymką. Chlebki pitta rozgrzewamy w tosterze. Rozkrawamy chlebki pitta i do każdego z nich wkładamy po 4 kotlety. Dodajemy również pokrojone plasterki ogórka i oliwek. Sałatę wraz z ziołami siekamy i również dodajemy. Skrapiamy sokiem z cytryny. Następnie potrawę skrapiamy lekko śmietanką Łaciatą. Na koniec posypujemy ziołami prowansalskimi.

Danie: **Kolacja,**

Osób: **4**

Czas: **Powyżej 1h**

Poziom trudności: **Średnie**

Składniki:

- 400 g chudej mielonej jagnięciny
- 1 jajko
- 2 duże ząbki czosnku
- 1 łyżka oregano
- 2 marchewki
- 150 g kukurydzy konserwowej
- 1 łyżka tymianku
- 1 duża cebula
- 150 g bułki tartej
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- 25 g ziół natki pietruszki i mięty
- 25 g ulubionej sałaty
- 6 cebulek dymek (posiekanych)
- 6 dużych chlebków pitta
- 1 cytryna
- 1 ogórek
- 6 łyżek śmietanki Łaciatej 12%
- 1 łyżka ziół prowansalskich
- 12 oliwek czarnych