

po 18. miesiącu

alergeny:
produkt zawiera mleko,
pszenicę i gluten

M jak Mielone kotleciki cielęce z kaszą kuskus, owocami i rodzynkami

Składniki

- Mięso cielęce mielone: 80 g
- Mięsz białki pszennej: 10 g
- Jajka: ¼ sztuki
- Mąka pszenna do oprószenia
- Olej do podsmażenia kotlecików
- Jabłuszka z owocami leśnymi Gerber: 1 słoiczek
- Jabłka: 50 g
- Śliwka świeża: 1 - 2 sztuki
- Olej: 50 ml
- Kaszka kuskus: 50 g/55 ml wody lub bulionu warzywnego
- Masło: 1 łyżeczka
- Rodzynki: 60 g
- Starta marchewka: 80 g
- Starte jabłko: 20 g

Przybory kuchenne

- rondel z pokrywką, miseczka, deska do krojenia, nóż, łyżka, maszynka do mielenia mięsa, patelnia, talerz

Sposób przygotowania

- Kaszkę kuskus przesypujemy do płaskiej miseczki i zalewamy gorącym wywarem i solimy.
- Dokładnie mieszamy i dodajemy miękkie masło oraz rodzynki.
- Po dokładnym wymieszaniu przykrywamy folią aluminiową i odstawiamy w ciepłe miejsce.
- Jabłka obieramy i wydrążamy gniazda nasienne, po czym kroimy w drobną kostkę, podobnie jak śliwki, a następnie podsmażamy na oleju.
- Pod koniec smażenia można posypać szczyptą cukru.
- Owoce mieszamy z kaszką kuskus lub dodajemy do sosu.
- Czerstwą bułkę pszenną moczymy w wodzie, odciskamy i przekręcamy przez maszynkę do mielenia mięsa.
- Mięso cielęce mielone mieszamy bardzo dokładnie z jajkiem oraz mieloną bułką pszenną i doprawiamy szczyptą soli.
- Formujemy małe kotleciki, które oprószamy mąką.
- Smażymy na złoty kolor z dwóch stron na oleju.
- Tak przygotowane kotleciki wrzucamy do deserku Jabłuszka z owocami leśnymi Gerber i jeżeli jest taka konieczność – doduszamy pod przykryciem na bardzo małym ogniu.

