



przepisy.pl

## Indyk w płatkach kukurydzianych



 90 minut  3 osoby  Łatwe

### Składniki:

#### indyk

- pierś z indyka - 450 gramów
- Naturalnie smaczne Spaghetti Bolognese Knorr** - 1 opakowanie
- płatki kukurydziane - 60 gramów
- jajko - 1 sztuka

#### ziemniaki

- ziemniaki - 600 gramów
- oliwa z oliwek - 3 łyżki
- tymianek do smaku
- pieprz do smaku

#### surówka

- kapusta biała - 300 gramów
- średnia marchewka - 1 sztuka
- cebula - 0.5 sztuk
- olej rzepakowy - 3 łyżeczki
- pieprz do smaku

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

### Sposób przygotowania:

1. Pierś z indyka pokrój na plastry o grubości 1 cm. Jeżeli plastry będą zbyt grube, możesz je rozbić młotkiem do mięsa.
2. Pokrusz w moździerzu płatki kukurydziane i dodaj do nich saszetkę Naturalnie Smaczne! Spaghetti Bolognese. Następnie rozbij jajko i w miseczce roztrzep je widelcem.
3. Mięso obtocz najpierw w jajku, a następnie w panierce i piecz je w piekarniku nagrzanym do 180 °C przez 15 min.
4. Ziemniaki umyj i obierz ze skórki, następnie pokrój w plastry. Do miski dodaj oliwę oraz przyprawy, w tak przygotowanej marynacie wymieszaj pokrojone ziemniaki. Całość wyłóż na blachę i piecz w piekarniku rozgrzanym do 180 °C przez 30 min.
5. Poszatkuj kapustę białą i dodaj do niej startą na drobnej tarce marchewkę oraz drobno posiekaną cebulę. Całość skropi olejem i przypraw pieprzem, wymieszaj. Podawaj z opieczonymi ziemniakami i przygotowaną kapustą.

---

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego [www.przepisy.pl](http://www.przepisy.pl). Znajdź nas na Facebooku [www.facebook.com/przepisypl](https://www.facebook.com/przepisypl)