



przepisy.pl

Pulpety z miętą i cytryną po grecku



 45 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- mielone mięso wieprzowe - 400 gramów
- Fix Gołąbki bez zawijania Knorr** - 1 opakowanie
- liście kapusty - 200 gramów
- mąka pszenna - 50 gramów
- ryż - 200 gramów
- cytryna - 1 sztuka
- świeża mięta - 1 pęczek
- jogurt naturalny - 200 mililitrów
- Ketchup Hellmann's Extra Hot** - 100 mililitrów
- olej roślinny - 4 łyżki
- Kmin rzymski z Indii mielony Knorr** - 0.25 łyżeczek
- woda - 200 mililitrów

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

Sposób przygotowania:

1. Wymieszany w 200 ml zimnej wody Fix Knorr połącz z mięsem mielonym i drobno posiekaną kapustą. Całość dopraw do smaku odrobiną kuminu.
2. Z mięsa uformuj małe kulki. Obtocz je w mące, a następnie obsmaż na gorącym oleju. Całość zalej szklanką wody i gotuj około 10 minut, aby woda w połowie odparowała.
3. Do sosu dodaj Ketchup Hellmann's Pikantny.
4. W międzyczasie ugotuj dwie torebki ryżu.
5. Jogurt wymieszaj ze startą skórką z cytryny, wyciśniętym sokiem i posiekaną miętą.
6. Gotowe pulpety podawaj na ryżu polane sosem. Ryż w tej potrawie możesz przygotować, gotując go w bulionie drobiowym Knorr. Będzie bardziej aromatyczny. Mięso przygotowane według tej receptury możesz połączyć z ryżem i spróbować zawinąć je we wcześniej sparzone liście winogron, tworząc małe ruloniki. Całość gotuj około 30 minut. W ten sposób otrzymasz grecką przekąskę zwaną dolma.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl