

Masové kuličky albondigas



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 40min , Porce: 6

3460 kalorií , **2 g** cukrů , **222 g** tuků , **190 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/masove-kulicky-albondigas>

Příprava

Smícháme mleté maso, vejce, nasekanou cibuli a petrželku a promícháme. Osolíme a opeříme podle chuti a přidáme strouhanku podle potřeby. Z masa tvoříme malé kuličky (asi o velikosti Ikea kuliček), a ty pak obalíme v hladké mouce. Smažíme na oleji dozlatova. Podáváme posypané petrželkou.

▣ Tip k receptu

Podáváme například s pepřovým dipem.

Ingredience

- 750 g hovězího mletého masa
- 1 ks vejce
- 1 lžička soli
- 1 kousek petrželové natě
- 1 lžička pepře
- 1/2 hrnku strouhanky
- 1/2 hrnku hladké mouky
- 1 šálek slunečnicového oleje
- 1 ks cibule

Kategorie

Obyčejný den, Španělská, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Hlavní chod

