

# Masové kuličky s batáty a salátkem



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 25min  
Celkový čas: 55min , Porce: 2

965 kalorií , 0 g cukrů , 76 g tuků , 65 g bílkovin

**Autor:** Šéfredaktor

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/masove-kulicky-s-bataty-fazolkami-a-zeleninou>

## Příprava

Nejdříve si připravíme směs na kuličky. Maso smícháme s petrželí, solí, pepřem, česnekem. Můžeme přidat vejce, lžičku hořčice a koření dle vlastní chuti. Smícháme a necháme 10 minut odpočinout v lednici.

Batáty očistíme, nakrájíme, osolíme, opepříme a potřeme olivovým olejem.

Troubu předehřejeme na 180°C. Vytáhneme masovou směs z lednice a na plech vyložený pečícím papírem vkládáme kuličky. Pečeme asi 20 minut.

Mezitím si upečeme batáty. Pokud vlastníte horkovzdušnou fritézu, batáty pečte na 170°C asi 10 minut. V jiném případě je vložte do trouby zároveň s kuličkami.

V mezičase si připravte jednoduchý salátek dle vlastní chuti. Zákápněte olivovým olejem, osolte a pepřete, můžete přidat oregáno.

Jakmile jsou kuličky i batáty hotové, můžete servírovat.

## Ingredience

- 1 lžička soli
- 400 g vepřového mletého masa
- 2 stroužky česneku
- 1 ks batátu - sladký brambor
- 1 lžička petrželové nati
- 2 hrsti rukoly
- 6 ks cherry rajčátek
- 6 ks ředkviček
- 2 špetky pepře

## Kategorie

Česká, Celoročně, Maso, Jídlo na každý den, Rychlovka, Hlavní chod

### Tip k receptu

Hotové jídlo můžete doplnit majonézou a nebo tatarskou.



