

Jednogarnkowy obiad

data aktualizacji: 2020.04.17 autor: Redakcja



Składniki:
zapiekanka:

- 3/4 kg ugotowanych ziemniaków
- 1 jajko

- 1 łyżka masła
- 2 łyżki drobno posiekanej natki pietruszki
- 1/2 szklanki startego żółtego sera
- 1/3 szklanki słodkiej śmietanki
- sól
- czarny pieprz
- 1 łyżka oleju do wysmarowania formy

klopsiki:

- 40 dag mielonego mięsa drobiowego
- 1 mała cebula drobno posiekana
- 1 jajko
- 3 łyżki drobno posiekanej natki pietruszki
- 1 ząbek czosnku przeciśnięty przez praskę
- 2 łyżki oleju
- sól
- czarny pieprz

Przygotowanie:

Piekarnik rozgrzej do 230°C.

Ugotowane ziemniaki przełóż do miski, rozgnieć na jednolitą masę. Dodaj jajko, masło, natkę, ser i przyprawy. Wymieszaj na jednolitą masę. Przełóż ją do wysmarowanej formy. Łyżką zrób 8 wgłębień. Wstaw do gorącego piekarnika na 10 minut na temp. 200°C.

Na małej patelni rozgrzej olej, dodaj cebulę, lekko posól, smaż na średnim ogniu cały czas mieszając, aż się zeszkli (około 2 minut).

Mięso przełóż do miski, dodaj zeszkloną cebulę oraz pozostałe składniki, wyrób na jednolitą masę. Dłońmi zwilżonymi zimną wodą uformuj klopsiki. Wyjmij podpieczoną zapiekankę, w zagłębienia włóż klopsiki, wstaw do gorącego piekarnika (230 stopni) i zapiekaj przez 20 minut, aż klopsiki ładnie się zarumienią. Między klopsiki możesz włożyć ulubione warzywa - brokuł, pomidorki koktajlowe, inne.

Poleca: [Agnieszka Dmitruk](#)

Źródło: <https://eglos.pl/aktualnosci/item/35155-jednogarnkowy-obiad>