

Kufty



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

1094 kalorií , **0 g** cukrů , **56 g** tuků , **117 g** bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: <https://srecepty.cz/kufty>

Příprava

Mleté maso osolíme, opeříme a vymícháme s vejcem na hustou směs. Přidáme prolisovaný česnek, nadrobno nakrájenou cibuli, jemně nasekanou petrželku. Dle potřeby zahustíme strouhankou. Ze směsi utvoříme válečky, které napíchneme na špejli, dáme do pekáčku, který jsme vymazali olejem a dáme péct. Pečeme cca 20 minut při 180 °C.

▣ Tip k receptu

Můžeme podávat s majonézou (viz související recepty).

Ingredience

- 500 g hovězího mletého masa
- 1 vejce
- 4 stroužky česneku
- 2 cibule
- 1 hrst petrželky
- 5 lžic strouhanky
- špetku soli
- špetku pepře

Kategorie

Výjimečný den, Italská, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Něco extra, Rodina, Hlavní chod