



Mielone z dynią i szczypiorkiem

 Renixx


Polecane na: [danie główne](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 30 min

 łatwy

 6 porcji

Składniki:

mięso mielone wieprzowe - 1/2 kg
dynia Hokkaido - 10-15 dag
szczypiorek - 1/2 pęk
czosnek - 1 ząbek
jajko - 1 szt.
bułka czerstwa - 1/2 szt.
mleko - 1/2 szklanka

cebula - 1/2 szt.
przyprawa do mięsa mielonego - 1 łyżka
oliwa - trochę
sól - do smaku
pieprz - do smaku
bułka tarta - trochę

Dodatkowe info:

Kotlety mielone z dodatkiem dyni, szczypiorku i smażonej cebulki są kolorowe i pyszne, po prostu rewelacyjne.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Dynię obrać, usunąć miąższ z pestkami, zetrzeć na tarce o dużych oczkach. Cebulę drobno posiekać i zeszklić na rozgrzanej oliwie, ostudzić. Bułkę namoczyć w mleku, odcisnąć. Czosnek obrać i przecisnąć przez praskę. Do mielonego mięsa dodać roztrzone jajko.

KROK 2: Dodać dynię, odcisniętą bułkę, czosnek, posiekany szczypiorek, cebulę i przyprawę do mięsa mielonego (można dodać 1-2 łyżki bułki tartej).

KROK 3: Doprawić do smaku solą i pieprzem, dokładnie wyrobić.

KROK 4: Z masy mięsnej formować owalne, kotleciki, obtaczać w bułce tartej.

KROK 5: Tępą stroną noża zrobić kratę.

KROK 6: Smażyć z obu stron na rozgrzanej

oliwie. Usmażone kotleciki osączyć z nadmiaru tłuszczu na papierowym ręczniku.