Pulpeciki z indyka w sosie koperkowym

Nikita

Polecane na: **danie główne, lunchbox**

Kuchnia (region): **arabska, polska**

Warto wiedzieć:

60 min

6 porcji

Składniki:

- mięso z indyka (u mnie filet i udziec) - 500 g
- cebula - 1 szt.
- masło klarowane - 1 łyżeczka
- sól, pieprz, pieprz ziołowy - do smaku
- bułka tarta - 2 łyżka
- woda - 3 łyżka
- jajko - 1 szt.
- natka pietruszki - 3 łyżka
- sos: -
- bulion domowy (mięsny lub warzywny) - 300 ml
- śmietana - 3 łyżka
- koperek - pęk
- mąka ziemniaczana (ewentualnie pszenna) - 2 łyżeczka

Dodatkowe info:

Pulpeciki są pyszne i lekkie. Nie są smażone, tylko pieczone i pełne smaku. Można je jeszcze odchudzić i nie dodawać śmietany i mąki, tylko zrobić w samym sosie koperkowym z dodatkiem cytryny.
Nie używam kostek rosołowych, tylko sama robię różne bulionetki i mam później gotowe bazy do zup i sosów (mam bulionetkę drobiową, cielęcą, warzywną, pomidorową). Zachęcam do tego wszystkich, jednorazowo jest trochę pracy, ale porcjuje je do maleńkich słoiczków i zamrażam, zresztą w lodówce też się długo przechowują.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Mięso z indyka zmielić.

KROK 2: Cebulkę drobno posiekać i zeszklić na maśle klarowanym.

KROK 3: Do misy z mięsem dodać:
jajko,cebulkę, bułkę tartą, wodę , sól, pieprz, pieprz ziołowy i natkę pietruszki.

KROK 4: Wyrobić na gładką masę.

KROK 5: Naczynie żaroodporne nasmarować cienko olejem.
Piekarnik nagrzać do 220 stopni.
Wilgotnymi rękoma robić maleńkie pulpeciki

(średnicy 3-4 cm lub większe). U mnie z tej porcji wyszło ok. 30 pulpecików.
Wstawić do nagrzanego piekarnika.

KROK 6: Piec 15 minut.
w międzyczasie przygotować sos.
zagotować bulion, najlepiej domowy, u mnie akurat domowa bulionetka cielęca. Śmietanę rozmieszać z ciepłym bulionem w kubku i dodać mąkę, rozbełtać i zagotować z pozostałym bulionem.

KROK 7: Do sosu włożyć pulpeciki, gotować kilka minut. Dodać posiekany koperek w dużej ilości, chwilę pogotować i podawać.