RAW WEGE KOTLECIKI BURACZKOWE

healthy-dreams

Polecane na: **danie główne, lunchbox, sałatki**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

20 min

łatwy

1 porcja

Składniki:

ser włoski - 80 g

burak - 100 g

szczypiorek - 2 szt.

len mielony - 1 łyżeczka

przyprawy: czosnek granulowany, imbir mielony, pieprz ziołowy - 1 do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Buraczka trzemy na tarce startego buraka blendujmy z serem

KROK 2: do zblendowanych składników dodajemy posiekany szczypiorek, len i przyprawy -całość mieszamy

KROK 3: na papierze aluminiowym (można również użyć foremek aluminiowych), umieszczamy kuleczki zrobione ze składników (1 łyżka- jeden kotlecik)