Roladki z mięsa mielonego ze szparagami

Renixx

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

30 min | łatwy | 5 porcji

Składniki:

- mięso mielone - 1/2 kg
- cebula - 1 szt.
- jajko - 1 szt.
- bułka tarta - 2 łyżka
- szparagi - 3 szt.
- szpinak - 5 dag
- papryka marynowana - 1/2 szt.
- masło - 1 łyżka
- czosnek - 1 ząbek
- płatki kukurydziane - 1 szklanka
- sól - do smaku
- pieprz - do smaku
- cukier - do smaku
- olej do smażenia - trochę

Dodatkowe info:

Roladki z mięsa mielonego ze szparagami, papryką i szpinakiem są bardzo smaczne i efektownie wyglądają.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Cebulę drobno posiekać i zeszklić na łyżce oleju, ostudzić. Szparagi obrać i blanszować 3-4 minuty w osolonej wodzie z dodatkiem odrobiny cukru, wyjąć z wody, ostudzić. Szpinak podsmażyć na rozgrzanym maśle, przyprawić do smaku solą, pieprzem i czosnkiem, ostudzić. Mielone mięso włożyć do miski, dodać cebulę, jajko, bułkę tartą, doprawić do smaku solą i pieprzem, dokładnie wyrobić.

KROK 2: Z masy mięsnej formować placuszki, układać po pół szparagi, łyżce szpinaku i kawałku papryki.

KROK 3: Dokładnie zlepić, obtoczyć w płatkach kukurydzianych i smażyć ze wszystkich stron na rozgrzanym oleju. Usmażone osączyć z nadmiaru tłuszczu na papierowym ręczniku.