Brokkolis-parmezános golyók

30—40 Perc

Elkészítés

1. A golyók elkészítése: Kenjünk ki olívaolajjal egy muffinformát. Miközben előkészítjük a hozzávalókat, melegítsük elő a sütőt 200 °C-ra.
2. Mossuk meg a brokkolit, vágjuk le a szárát, majd vágjuk apró darabokra. Fontos, hogy a brokkolit minél finomabbra aprítsuk, mivel a golyók állaga így lesz majd elég krémes.
3. Reszeljük le a parmezánt, és törjük össze a fokhagymagerezdeket. Egy tálban keverjük össze alaposan az apróra vágott brokkolit, a mandulát, a reszelt parmezánt és az összetört fokhagymát. Habarjuk fel a bio tojást, és keverjük ezt is a többi hozzávalóhoz.
4. Ízesítsük a masszát 1 evőkanál Kotányi Dalmát fűszerkeverékkel, egy csipet Kotányi Himalája sóval és borssal. Keverjük össze alaposan.
5. Formázzunk a masszából kis golyókat. Erősen nyomkodjuk össze a golyókat, hogy sütés közben megtartsák a formájukat.
6. Tegyük a golyókat a muffinformába, és süssük 20 percig.

Összetevők 1 fő részére

= Kotányi Produkte

150 g	Brokkoli (szár nélkül)
1	Bio tojás
35 g	Őrölt mandula
2 db	Gerezd fokhagyma
1	Csésze olívaolaj
30 g	Parmezán
1 ek.	Dalmát fűszerkeverék
1 csipet	Himalája só
1 csipet	Tarkabors, egész