

Brokolicovo-parmezánové guľky

30—40 Min

Príprava

1. Príprava guliek: Použite formu na košíčky vymastenú olivovým olejom. Počas prípravy prísad: Predhrejte rúru na 200 °C (3920 °F).
2. Umyte brokolicu, odstráňte z nej stopku a nakrájajte ju na malé kúsky. Potom nasekajte na čo najmenšie časti, aby mali guľky hladkú konzistenciu.
3. Parmezán nastrúhajte najemno a strúčiky cesnaku pretlačte. Dôkladne premiešajte nadrobno nakrájanú brokolicu s mandľami, strúhaným parmezánom a pretlačenými strúčikmi cesnaku v mise. Rozšľahajte organické vajce metličkou a zmiešajte ho s prísadami.
4. Ochuťte zmes 1 PL zmesi provensálskych byliniek Kotányi, štipkou himalájskej soli Kotányi a korenia. Znova dôkladne premiešajte, aby zmes získala tú správnu chuť.
5. Tvarujte zo zmesi malé guľky. Odporúčame ich pevne stlačiť, aby si udržali tvar.
6. Vložte guľky do formy na košíčky a pečte 20 minút.

Ingrediencie 1 Porcie

= Kotányi Produkte

150 g	Ružičky brokolice
1	Organické vajce
35 g	Mandle, mleté
2 kus	Strúčiky cesnaku
1	Šálka olivového oleja
30 g	Parmezán
1 PL	Provensálske byliny
1 štipka	Himalájska soľ
1 štipka	Štvorfarebné korenie celé