

Zeleninové fašírky

Potrebuje

- - 4 mrkvy
- - ¼ menšieho zeleru
- - 1 malá konzerva kukurice
- - 1 cibuľa
- - 3 strúčiky cesnaku
- - 2 PL slnečnicového oleja
- - 3 PL dijonskej horčice
- - 1 balenie Karička črievko 100 g
- - zeleninový vývar
- - majorán
- - mleté čierne korenie
- - sladká paprika
- - 1-2 šálky ovsených vločiek
- - 2 vajcia
- - hladká múka - podľa potreby

Postup

Nakrájanú cibuľu a pretlačený cesnak opečieme na horúcom oleji dozlata. Pridáme najemno postrúhanú mrkvu, zeler a kukuricu. Dusíme asi 10 minút. Počas dusenia pridáme majorán, čierne korenie, sladkú papriku a horčicu podľa chuti.

Po 10 minútach panvicu odstavíme a zeleninovú zmes presypeme do väčšej misky. Pridáme dve vajcia, Karičku a všetko spolu vymiešame do riedkeho cesta. Postupne pridávame ovsené vločky, až kým nám nevznikne vláčne cesto, z ktorého vytvarujeme fašírky. Ak je cesto stále príliš riedke, pridávame múku na zahustenie.

Zo zmesi tvarujeme okrúhle fašírky s hrúbkou asi 1 cm, ukladáme na plech vystlaný papierom na pečenie. Takto pripravené pečieme vo vyhriatej rúre na 180 °C asi 20 – 30 minút. Fašírky vyberieme, keď sú sfarbené dozlata. Podávame so zemiakovou kašou.

Dobrú chuť

Tento recept nám posielal: Karička
náročnosť: stredná
čas: 60 min
porcie: 6