

Pečené krůtí kuličky s kukuřicí



3 PORCE



40 MINUT



STOB RECEPT

Ingredience

Potravina	Množství (g/ml)
Petržel – nať	10
Olej olivový	12
Kukuřice sterilovaná průměr	150
Krůtí prsa bez kůže (syrová)	200
Sůl	2
Dochucovadla: bílý pepř, bylinky (petrželka, bazalka)	

Postup přípravy

Krůtí prsa nasekáme najemno v mixéru nebo umeleme v mlýnku na maso. Lze přidat i část stehenního masa, kuličky budou šťavnatější, ale tučnější. Přidáme kukuřici, osolíme, opepříme a přidáme libovolné bylinky (petrželku, bazalku, oregano apod.). Přidáme olej (pokud použijeme tučnější maso, tak olej nepřidáváme) a ručně prohněteme. Vytvarujeme kuličky a pečeme v troubě předehřáté na 190 stupňů cca 15-20 minut (dle velikosti). Podáváme například s bramborovou kaší a doplníme libovolnou zeleninou. Ke kuličkám si můžeme připravit i jogurtový dip (z jogurtu, bylinek a česneku). Hmotnost hotových kuliček cca 320 g, 100 g kuliček = 630 kJ.

Tip: Velikost porce upravte úměrně věku a individuálním potřebám dítěte. Zařadit můžete od 1 roku.