

Gnocchi z pulpetami w sosie pomidorowym

Wskazówki

- Czas przygotowania: 40 minut
- 4 porcje
- Wartość odżywcza 1 porcji: 565 kcal \ B-35 g \ T-23 g \ W-54 g \ Bł-2 g
- Wartość odżywcza 100 g dania: 97 kcal \ B-6 g \ T-4 g \ W-9 g \ Bł-0 g

Składniki

- ✓ mięso mielone z łopatki wiep.-1 opak. (500 g)
- ✓ cebula – 1 sztuka (120 g)
- ✓ czosnek – 2 ząbki (10 g)
- ✓ oliwa – 2 łyżeczki (10 g)
- ✓ jajo – 1 sztuka (50 g)
- ✓ bułka tarta – 2 łyżki (16 g)
- ✓ pietruszka, natka – 1 łyżka (12 g)
- ✓ papryka słodka – 1 łyżeczka
- ✓ papryka ostra – 1/3 łyżeczki
- ✓ oregano – 1 łyżeczka
- ✓ cukier – 2 szczypty
- ✓ sól – do smaku
- ✓ pieprz – do smaku
- ✓ passata pomidorowa – 1 opak. (500 g)
- ✓ pomidory krojone w puszcze – 1 opak. (400 g)
- ✓ rosół – 1 szklanka (200 g)
- ✓ gnocchi – 1 opakowanie (500 g)

Przygotowanie

1. Cebulę i czosnek pokrój drobno, podsmaż na łyżeczce oliwy. Dodaj do mięsa. Dorzuć jajo, bułkę tartą, przyprawę i posiekaną natkę pietruszki.
2. Całość dokładnie wymieszaj przy pomocy dłoni. Uformuj pulpeciki i podsmaż z każdej strony.
3. Dodaj bulion, passatę pomidorową i pomidory krojone. Dopraw do smaku oregano, papryką i dodaj szczyptę cukru. Gotuj 30 minut.
4. Na patelnię wrzuć lekko obgotowane gnocchi, gotuj jeszcze chwilę.
5. Posyp świeżą bazylią i ewentualnie parmezanem.

Źródło: <https://www.odzywiasiezdrowo.pl/gnocchi-z-pulpetami-w-sosie-pomidorowym/>