


Špinat kuglice s domaćom majonezom

 NAČIN PRIPREME
Jednostavna priprema

 VRIJEME PRIPREME
< 60 min

 BROJ PORCIJA
4 osobe

Sastojci

400 g zamrznutog špinata
1 konzerva K Plus bijelog graha
Sol

Crni papar

1 žličica dimljene paprike

½ žličice češnjaka u prahu

3-4 žlice K Plus krušnih mrvica

Za majonezu:

100 ml Bio Zone napitak od soje

1 žličica limunovog soka

1/2 žličice češnjaka u prahu

1/2 žličice soli

1 žličica senfa

200 ml Bio Zone maslinovog ulja

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici



Zamrznuti špinat dinstajte na tavi dok se ne otopi i ne ispari višak vode, oko 10 minuta. Ocijedite, isperite i posušite bijeli grah. Blendajte špinat s bijelim grahom i začinima dok ne dobijete ujednačenu smjesu. Dodajte krušne mrvice, promiješate i ostavite da smjesa odstoji oko 3 minute.

Oblikujte oko 20 kuglica i stavite ih na pleh koji ste prekrili papirom za pečenje. Polijte s maslinovim uljem i pecite na 200°C 20 minuta.

Dodajte sojino mlijeko, limunov sok, češnjak u prahu, sol i senf u čašu i promiješajte.

Preljite ulje preko smjese. Postavite štapni mikser na dno posude. Miksajte i držite ga čvrsto pritisnutim na dnu oko 15 sekundi dok se smjesa ne emulgira. Polako pomičite blender gore-dolje kako biste izmiješali i sjedinili sve sastojke dok se majoneza ne zgusne.

Servirajte kuglice uz domaću majonezu, skyr ili hummus.