

Pilece pljeskavice sa kinoom



težina: **lako**

za: **6** osoba

vreme pripreme: **90** min

Sastojci

Potrebno je:

- **60 g** sirovog semena kinoe
- **120 ml** vode
- **400 g** mlevenog pileceg, belog, mesa
- **100 g** crvenog luka
- **100 g** spanaca
- **3** veka cene belog luka
- 3 jaja
- **60 g** narendanog parmezana
- **1 kašičica** karija
- **1/2 kašičice** kumina u prahu
- **2 kašičice** suvog biljnog začina
- **1 kašičica** mlevenog bibera
- **1 kašika** maslinovog ulja
- **1/2 kašičice** sode bikarbone
- prezle
- ulje

Priprema

Zrna kinoe dobro oprati, sve dok ne ostane bistra voda. Staviti ih u odgovarajuću posudu, naliti sa hladnom vodom i staviti da se kuvaju (neko zrna prelije vodom, ostavi 10 minuta, pa kuva. Ja sam spremala na oba načina, pa ne vidim neku razliku, osim u gubljenju vremena). Kada voda dođe do vrenja, smanjiti temperaturu i u poklopljenoj posudi kuvati 15-ak minuta. Kinoa treba da upije svu tečnost i da postane mekana. Skloniti sa vatre i ostaviti da se ohladi (možete da je isperete pod mlazom hladne vode). Za spremanje ovih pljeskavica potrebna vam je jedna čaša od 250 ml skuvane kinoe (to je otprilike ova količina koja je skuvana, a ako ima i

malo više slobodno dodajte u meso).

Crveni luk, beli luk i spanac ocistiti i sitno iseckati. U manju posudu sipati maslinovo ulje i staviti da se zagreje. Na zagrejano ulje dodati iseckani crveni i beli luk. Dinstati dok luk ne omekša, pa ubaciti iseckani spanac. Promešati i nastaviti dinstanje, sve dok ne ispari voda koju je spanac pustio. Skloniti sa vatre i ostaviti da se prohladi.

U vanglicu staviti mleveno pilece meso, dodati skuvanu kinou, jaja (prethodno viljuškom umucena), parmezan, biozacin, biber, kari, kumin, sodu bikarbonu i mešavinu luka i spanaca. Rukom dobro sjediniti sve sastojke. Smesu mesiti, oko, 3 minuta. Ona ce i dalje ostati lepljiva, ali to ne treba da vas brine. Pripremljenu smesu prekriti providnom folijom i ostaviti je pola sata u frižideru.

Zatim, u jednu posudu staviti prezle i poceti sa oblikovanjem pljeskavica. Ruke treba da su vam stalno vlažne (od vode) ili nauljene, kao i kašika sa kojom cete uzimati smesu. Supena kašika ovde služi kao neka vrsta merne jedinice, da bi pljeskavice bile iste velicine. Zahvatiti punu kašiku smese, staviti je na levi dlan i formirati loptasti oblik. Zatim ga malo pritisnuti i formirati oblik pljeskavice, ali da vam ostane malo deblja, da ne bude previše tanka. Pljeskavicu staviti u prezle i dobro je, sa obe strane, uvaljati u prezle. Staviti je na oval (ili neku drugu, vama pogodnu, posudu) i nastaviti sa oblikovanjem ostalih pljeskavica. Nemojte ih stavljati jednu preko druge.

U posudi u kojoj cete pržiti pljeskavice (to mora biti posuda sa teflonskim dnom ili posuda u kojoj se neće lepiti pljeskavice prilikom prženja) sipati ulje, visine 1cm. Staviti da se ulje zagreje na srednjoj temperaturi. Na zagrejano ulje spuštati pljeskavice i pržiti ih da lepo porumene sa obe strane. Pržene pljeskavice vaditi na kuhinjski papir, da bi papir upio višak masnoce.

Pljeskavice poslužiti sa salatam i prilogom po želji. Uz ove pljeskavice izvrsno se slaže i tarator salata (jogurt, krastavac i beli luk).

Savet