

Pulpeciki z sosem w wersji pikantnej

Danie zawdzięcza swój charakter bogactwu zastosowanych przypraw. Malutkie mięsne kuleczki w aromatycznym sosie, przygotowanym na bazie mleka kokosowego, doskonale komponują się z delikatnymi w smaku dodatkami, jak kuskus, kasza jagłana lub makaron ryżowy.

Aby potrawa z mięsa mielonego była pulchna i smaczna, najlepiej zemleć mięso w domu (bardzo ważne jest odpowiednie posiekanie, a nie zmiżdżenie!). Przygotowanie mielonego mięsa w domu nie jest zbyt pracochłonne, a nawet dość wygodne, gdyż razem z mięsem możemy przepuścić przez maszynkę inne dodatki. Mięso, które przeznaczamy do mielenia może być jakościowo gorsze tzn. może mieć większą ilość tkanki łącznej. Najczęściej na masę mieloną wykorzystujemy mięso z łopatki, szynki lub karkówkę.

Pulpeciki w sosie pomidoro-kokosowym

Składniki: 60 dag mięsa mielonego, 2 jajka, mała papryczka chili, 2 ząbki czosnku, skórka otarta z ½ cytryny, łyżeczka startego imbiru, 3 łyżki tartej bułki, ½ szklanki mleka, łyżeczka zmielonego kminku, ½ łyżeczki przyprawy garam masala, 2-3 łyżki wody, sól, świeżo mielony pieprz, mąka krupczatka do panierowania, oliwa z oliwek do smażenia

sos: 2 łyżki oliwy z oliwek, puszka mleka kokosowego, puszka pomidorów bez skórki, duża cebula, 3 plasterki świeżego imbiru, ½ papryczki chili, 2 ząbki czosnku, ½ pęczka kolendry, ¼ szklanki bulionu, ½ łyżeczki zmielonego kminku, ½ łyżeczki przyprawy garam masala, ½ limonki, cukier, sól, świeżo mielony pieprz

- Przygotowujemy pulpeciki: mięso przekładamy do miski, dodajemy przyprawy i posiekany drobno czosnek, papryczkę chili, stary na tarce korzeń imbiru oraz skórkę z cytryny. Tartą bułkę zalewamy ciepłym mlekiem. Gdy napęcznieje przekładamy ją do mięsa, wbijamy jajka, wlewamy trochę wody. Całość starannie wyrabiamy na jednolitą masę, aby składniki dobrze się połączyły. Doprawiamy do smaku solą, pieprzem oraz kminkiem, wyrabiamy raz jeszcze.
- Zwilżonymi w zimnej wodzie dłońmi z formujemy zgrabne pulpeciki, układamy na desce, wstawiamy na godzinę do lodówki, przed obsmażaniem lekko oprószamy mąką krupczatką. Smażymy na rozgrzanym tłuszczu, aż się zrumienią. Naczynie przykrywamy i trzymamy w ciepłe przez 10-15 minut (aż „dojdą”).
- Przygotowujemy pikantny sos: cebulę kroimy w drobną kostkę, przesmażamy na patelni razem z posie-



kany czosnkiem, papryczką chili i pokrojonym w paski imbirem. Smażymy na średnim ogniu przez około 2-3 minuty, dodajemy kminek, garam masala, przyprawiamy do smaku cukrem, solą oraz pieprzem, i jeszcze przez chwilę trzymamy na ogniu.

- Do przesmażonych przypraw wkładamy pulpeciki, zalewamy wszystko bulionem i mlekiem kokosowym, dusimy na średnim ogniu około 30 minut. Po tym czasie do sosu dodajemy pomidory z puszki wraz z zalewą i dusimy jeszcze 15 minut. Sos doprawiamy do smaku sokiem z limonki, dodajemy pokrojoną kolendrę.

Serwujemy z kaszą kuskus albo jagłaną, grubym makaronem lub ryżem oraz z sałatą skropioną skokiem z cytryny.

Romana Chojnacka

Studium Wiejskiego Gospodarstwa Domowego
Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu