



## Kiaulienos kotletai su kukurūzais

### Ingredientai

- 1 kg Malto kiaulienos kumpio
- 2 Kiaušinių
- 120 g Maltų džiovėsėlių
- 2 Šaukštai Aliejaus
- 3 Agurkų
- 2 Pomidorų
- 1 Šiek tiek Šviežių petražolių
- 1 a.š Druskos
- 1 a.š Pipirų
- 4 Šaukštai Konservuotų kukurūzų
- 2 a.š MAGGI kiaulienos prieskonių

### Instrukcija

1. Dubenyje mėsą sumaišykite su MAGGI prieskoniais, kiaušiniiais, džiovėsėliais ir kukurūzais. Delnais suformuokite kotletukus ir kepkite ant vidutinės kaitros įkaitintame aliejuje, kiekvieną pusę po maždaug 5 min.
2. Daržoves susmulkinkite, pagardinkite aliejumi, druska, pipirais ir ragaukite su kotletukais.

30 Minutės

Angliavandeniai	23.08 g
Energija	616.64 kcal
Riebalai	42.55 g
Baltymai	33.59 g

6 Vienetai