

Chiftelute

Ingrediente

- 1 lingurita MAGGI Secretul Gustului Legume
- 500 g Carne tocata de porc
- 1 Ceapa
- 1 Ou
- 0.33 cana Pesmet
- 1 lingura Marar
- 2 g Piper negru
- 15 ml Ulei de floarea soarelui

Instructiuni

1. Incalziti ulei intr-o tigaie si caliti ceapa tocata.
2. Amestecati carnea tocata cu Maggi Secretul Gustului Legume, un ou, pesmet, marar si ceapa calita.
3. Formati chiftelutele.
4. Prajiți chiftelutele intr-o tigaie la temperatura medie pana cand se rumenesc.

Nutritie

Carbohidrați	8 g
Energie	370.07 kcal
grăsimi	25.84 g
Proteină	26.03 g

24 Min

4 Portii