СНАКС

Кюфтенца от цвекло и извара на фурна



Меки розови кюфтенца от картоф, цвекло и извара с малко кашкавал, изпечени на фурна. Държат се цели в ръчичката, а цветът им привлича и децата, които трудно опитват зеленчуци.

Подготовка: 25 мин **Готвене:** 45 мин **Общо:** 70 мин **Порции:** 4
Възраст: Над 1 година **Трудност:** Лесно

Съдържа алергени: Млечни продукти, Яйца, Глутен

Съставки

- 2 средни картофа (около 300 гр.)
- 1 малко цвекло, сварено и обелено (около 120 гр.)
- 100 гр. извара (добре отцедена)
- 30 гр. кашкавал
- 1 яйце
- 4 с.л. овесени ядки
- 1 малка скилидка чесън
- 1 с.л. ситно нарязан пресен копър
- 2 с.л. зехтин
- Щипка сол (по желание)

Начин на приготвяне

1. Обелете картофите, нарежете ги на кубчета и ги сварете 15 минути, докато омекнат напълно.
2. Отцедете картофите добре и ги върнете в тенджерата на котлона за 1 минута, за да се изпари водата.
3. Намачкайте ги на сухо пюре без бучки и го оставете да изстине.
4. Настържете свареното цвекло на ситно ренде, сложете го в чиста кухненска кърпа и го изстискайте силно, докато спре да капе сок.
5. Смелете овесените ядки в блендер до фино брашно, а кашкавала и чесъна настържете на ситно.
6. В купа смесете картофеното пюре, цвеклото, изварата, кашкавала, яйцето, чесъна, копъра, овесеното брашно и солта до меко тесто, което държи формата си.
7. Оставете сместа да почине 10 минути, за да поеме овесът влагата.
8. Загрейте фурната на 200°C, застелете тава с хартия за печене и я намажете с 1 с.л. от зехтина.

9. С намокрени ръце оформете 16 кюфтенца, дебели около 1,5 см, подредете ги в тавата и ги намажете с останалия зехтин.
10. Печете 15 минути, обърнете ги внимателно и печете още 10 минути, докато хванат златиста коричка от двете страни.
11. Оставете да се охладят 10 минути и разрежете кюфтенцата на половинки за детето.

Съхранение

- Съхранявайте в плътно затворена кутия в хладилник до 2 дни.
- Преди повторна консумация затоплете леко във фурна за около 5 минути.

Замразяване

- Замразете охладените кюфтенца в плътно затворен плик до 1 месец.
- Размразете в хладилника през нощта и затоплете леко във фурна преди хранене.

Съвети

- Сол слагайте съвсем малко или никак, а за най-малките я пропуснете изцяло, защото кашкавалът, чесънът и копърът дават достатъчно вкус.
- Сварете цвеклото предварително, необелено, за 40-50 минути, докато ножът влиза в него лесно.