ВЕЧЕРЯ

Телешки кюфтенца с доматен сос



Меки телешки кюфтенца, задушени в гладък доматен сос, без пържене и без излишна мазнина. Оризът в сместа ги прави толкова крехки, че се разпадат на вилицата, точно както трябва за малките.

Подготовка: 20 мин **Готвене:** 35 мин **Общо:** 55 мин **Порции:** 4
Възраст: Над 1 година **Трудност:** Средно

Съдържа алергени: Яйца

Съставки

- 400 гр. телешка кайма
- 3 с.л. ориз
- 1 яйце
- 1 морков
- 1 малка глава лук
- 400 гр. доматено пюре
- 300 мл. топла вода
- 3 с.л. зехтин
- 1/2 ч.л. сушена чубрица
- 1 ч.л. сладък червен пипер

Начин на приготвяне

1. Смесете каймата с измития ориз, яйцето, чубрицата и половината лук, настърган на ситно.
2. Оформете с мокри ръце малки кюфтенца с размер на орех.
3. Нарежете останалия лук на ситно и настържете моркова. Задушете ги в зехтина за 3-4 минути.
4. Добавете червения пипер, разбъркайте за няколко секунди и залейте с доматеното пюре и 300 мл. топла вода.
5. Щом сосът заври, подредете кюфтенцата в него на един пласт.
6. Задушете под капак на слаб огън 30 минути, като по средата внимателно обърнете кюфтенцата.
7. Оставете да се охладят до топло. За по-малки деца разрежете кюфтенцата на половинки и полейте със соса.

Съхранение

- Съхранявайте в затворен съд в хладилник до 2 дни.
- Преди повторна консумация затоплете на слаб огън в соса с 1-2 лъжици вода.

Замразяване

- Замразете напълно охладените кюфтенца заедно със соса до 2 месеца.
- Размразете в хладилник и затоплете добре на слаб огън преди сервиране.

Съвети

- Кюфтенцата се правят и с пуешка кайма.
- Поднесете с картофено пюре или мек ориз: сосът върви и с двете.
