



Pulpety z selerem naciowym

DANIE NA KOLACJĘ SEDEROWĄ

SKŁADNIKI (6 PORCJI)

- 400 g mielonej piersi kurczaka
- 1 jajko
- 2 łydygi selera
- 100 g macy
- 1 marchew
- 1 szklanka oliwy
- 1 łyżka koncentratu pomidorowego
- 2 łyżeczki cynamonu w proszku
- 1 łyżeczka zmielonego czarnego pieprzu
- 2 łyżeczki soli
- 250 g pomidorów pelati
- 1 biała cebula
- 2 ząbki czosnku

Sposób przygotowania

• Krok 1

Zgromadź wszystkie składniki na stole, przy którym będziesz pracować.

• Krok 2

Płatki macy włóż do miski i zalej wodą, namocz ok. 20 min.

• Krok 3

Oczyść łydygi selera i obierz z łykowatej skórki jak rabarbar. Pokrój wzdłuż w paski, zblanszuj przez minutę we wrzącej osolonej wodzie, odcedź i natychmiast zanurz w lodowatej wodzie. Odcedź i osusz. Cebule pokrój w piórka, czosnek w drobną kostkę, a marchewkę zetrzyj na tarce na grubych oczkach.

• Krok 4

Na patelni rozgrzej oliwę i podsmaż cebulę z

Wprowadzenie

Danie pochodzi z rzymskiej gminy żydowskiej. Delikatne pulpety serwowane są tam tradycyjnie zaraz po wygłoszeniu modlitwy w dniu poprzedzającym święto Pesach. Dzięki ich wyjątkowej lekkości mówi się, że nie przerywają one postu, a spożywanie ich nie jest grzechem. Potrawa ta zawiera łydygi selera i macę – dwa produkty związane z kolacją sederową. Pierwszy to symbol wiosny i uwolnienia, drugi symbolizuje wyrzeczenie.

czosnkiem. Jak tylko czosnek się zrumieni, zdejmij go z patelni. Dodaj łydgi selera, koncentrat pomidorowy, pokrojoną na kawałeczki marchew, łyżeczkę cynamonu, pomidory pelati, łyżeczkę soli i 120 ml gorącej wody. Gotuj na wolnym ogniu, aż sos odparuje.

- **Krok 5**

W międzyczasie odciśnij macę z wody, połącz w miseczce z mielonym kurczakiem, jajkiem, łyżeczką soli, pieprzu i kolejną łyżeczką cynamonu. Dobrze wymieszaj, przykryj folią spożywczą i pozostaw w lodówce na pół godziny.

- **Krok 6**

Po tym czasie, biorąc łyżką masę z mielonego kurczaka, uformuj pulpety w owalną formę.

- **Krok 7**

Przełóż pulpety do sosu, przykryj pokrywką. Po 5 minutach dodaj dwie łyżki gorącej wody i przykryj pokrywką tak, aby została otwarta szczelina. Duś przez 30 minut. Sos musi odparować. Pulpety podaje się w sosie własnym. Alessia najbardziej lubi je ze smażoną bazylią i blanszowanym selerem.

Smacznego!