סדנה־לי

# קציצות עוף בתנור עם קישוא ועשבי תיבול

| כמות | הכנה | בישול / אפייה | זמן כולל |
|---|---|---|---|
| **20 קציצות, 5 מנות** | **20 דקות** | **22 דקות** | **52 דקות** |

ציוד: קערה ותבנית תנור

## מצרכים

- ☐ 600 גרם עוף טחון
- ☐ קישוא בינוני, כ־180 גרם
- ☐ ביצה L
- ☐ 50 גרם פירורי לחם
- ☐ בצל קטן מגורר וסחוט
- ☐ 3 כפות פטרוזיליה קצוצה
- ☐ 2 כפות שמן זית
- ☐ כפית מלח
- ☐ חצי כפית פפריקה
- ☐ רבע כפית פלפל

## אופן ההכנה

1. מגררים קישוא וסוחטים בעדינות עודפי נוזלים. מערבבים עם עוף, ביצה, פירורי לחם, בצל, פטרוזיליה ותבלינים.
2. מכסים ומקררים 10 דקות, כדי שפירורי הלחם יספגו נוזלים. מחממים תנור ל־200 מעלות ומרפדים תבנית.
3. בידיים לחות יוצרים 20 קציצות שטוחות מעט, בגודל דומה. מניחים ברווחים ומברישים בשמן.
4. אופים 12 דקות, הופכים בזהירות ואופים עוד 8–10 דקות. לא מסתמכים רק על צבע המעטפת.
5. בודקים במדחום שקציצה עבה במרכז התבנית הגיעה ל־74 מעלות. מוציאים ומגישים לאחר מנוחה קצרה.