

## Тефтели в сметане

Добавил(а) Оля  
07.04.11 02:12 -

---



### Продукты для рецепта

- Свинина - 1 кг.
- Сметана - 3 ст.л., Яйцо - 1 шт.
- Перец - 1 шт.
- Лук - 1 шт., Имбирь - 20 гр., Чеснок - 4-5 зубчиков.

## Тефтели в сметане

Добавил(а) Оля  
07.04.11 02:12 -

---

- Оливковое масло
- Соль, перец, приправа для фарша



Пропускаем через мясорубку мясо, лук, чеснок, имбирь, перец.



Фарш солим, перчим, добавляем яйцо, специи для фарша.

Хорошо перемешиваем.

## Тефтели в сметане

Добавил(а) Оля  
07.04.11 02:12 -

---



Из фарша формируем небольшие шарики.

Обжариваем их на оливковом масле с двух сторон до золотистой корочки (примерно по 5 минут с



Тефтельки выкладываем в чашу или глубокий противень для дальнейшего запекания в духовке.

## Тефтели в сметане

Добавил(а) Оля  
07.04.11 02:12 -

---



Соус: 3 ст.л. сметаны смешиваем с 300 мл. воды. Немного солим, перчим, добавляем 2 ст.л. оливк



Заливаем тефтели сметанным соусом и запекаем в разогретой до 180 градусов духовке 20-25 ми

## Тефтели в сметане

Добавил(а) Оля  
07.04.11 02:12 -

---



**Приятного аппетита!!!**

{kunena\_discuss:12}