



## Свекольные шарики



### Ингредиенты

° Свекла в кубиках "На пару"	1 банка (300г)
° Чеснок	1 зубчик
° Сливки 10%	2 ст. л.
° Крупа манная	40 г
° Свежая зелень	1 пучок
° Соль	1/4 ч. л.

### Способ приготовления:

🕒 20 мин

🍴 3 порции

🍽 72 ккал

1. Свеклу с чесноком измельчите блендером, посолите, смешайте с 20 граммами манки и сливками. Массу прогрейте в сковороде, помешивая, до загустения.<br>
2. Из теплой массы сформируйте шарики, обваляйте их в манке и прогрейте на сковороде под крышкой.<br>
3. Украсьте зеленью.



### Совет

В качестве соуса к этому блюду можно подать натуральный йогурт. Как в чистом виде, так и с добавками, например с зеленью и чесноком.

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>