

Pieczone kotleciki jaglono – ziemniaczane z botwiną

Składniki:

- 2 szklanki ugotowanych i zgniecionych na puree ziemniaków
- 2 szklanki ugotowanej kaszy jaglanej
- 1 cebula
- 2 ząbki czosnku
- 2 szklanki pokrojonej drobno botwiny (łodyżki i liście)
- pęczek koperku
- 2 łyżki oleju kokosowego
- 1/2 łyżeczki kurkumy
- 1/2 łyżeczki kuminu mielonego
- kilka gałązek świeżego tymianku
- sól, pieprz



Czym różni się od siebie botwina, botwinka i boćwina. **Boćwina** to inna nazwa buraka liściowego o dużych, grubych bogatych w białko liściach. U nas w sumie mało popularna, bardziej znana w krajach śródziemnomorskich. **Botwina** to młode liście i korzenie buraka ćwikłowego czyli tego najbardziej popularnego w naszej kuchni. Botwinka zaś to po prostu zupa z botwiny. Proste!

Wykonanie:

1. Na patelni rozgrzać 1 łyżkę oleju kokosowego, dodać kumin, kurkumę, po chwili wrzucić pokrojoną w kostkę cebulę i dusić przez kilka minut aż się zeszkli.
2. W dużej misce umieścić puree z ziemniaków, kaszę jaglaną, pokrojoną drobno botwinę i koperek, 1 łyżkę oleju kokosowego, usmażoną cebulę, wyciśnięty ząbek czosnku i pozostałe przyprawy. Wszystko dokładnie wymieszać najlepiej za pomocą dłoni.
3. Z masy formujemy niewielkie kotleciki, układamy na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia i posmarowanej olejem i pieczemy ok 40 min w tem. 200 st C (20 min z jednej i 20 min z drugiej strony).