



## PULPECIKI Z CIECIERZYCY Z LETNIĄ SAŁATKĄ POMIDOROWĄ (THERMOMIX® TM5, TM31)

⏱ 25 min. ⌚ 1 godz. 🍴 Średni 🍴 4 porcje 🍴 na 1 porcję: Wartość kaloryczna 1780.8 kJ/ 425.4 kcal, Białko 21.5 g, Węglowodany 55.4 g, Tłuszcz 17 g, Cholesterol 0 mg, Błonnik 9 g

### SKŁADNIKI

#### Pulpeciki

60 g sera parmezan, pokrojonego na 2 cm kawałki  
2-3 ząbki czosnku  
1 łyżka skórki otartej z cytryny  
5 g natki pietruszki, świeżej, tylko liście  
480 g białej ciecierzycy, z puszki, odsączonej  
1 jajko, roztrzepane  
50-60 g bułki tartej  
20-30 g mąki pszennej  
1-2 łyżeczki kolendry, mielonej  
1 łyżeczka kminu rzymskiego, mielonego  
1 łyżeczka papryki ostrej, mielonej  
¼-¼ łyżeczki soli  
¼-1.0 łyżeczki pieprzu czarnego, mielonego

#### Sałatka

500 g pomidorków cherry, przekrojonych na pół  
20-30 g oliwy z oliwek extra vergine, plus dodatkowa ilość do smażenia  
10 g octu balsamicznego  
½ łyżeczki cukru

### PRZYDATNE PRZYBORY

#### KUCHENNE

miska, patelnia, papierowy ręcznik

### CZĘŚCI URZĄDZENIA

#### THERMOMIX®

Miarka, Kopystka

### PRZYGOTOWANIE

#### Pulpeciki

- Do czystego i suchego naczynia miksującego włożyć parmezan, rozdrobnić **10 s/obr. 10**. Przełożyć do innego naczynia, odstawić.
- Do naczynia miksującego włożyć czosnek, skórkę z cytryny i pietruszkę, rozdrobnić **3 s/obr. 8**. Składniki zgarnąć kopystką ze ścianek na dno naczynia miksującego.
- Dodać rozdrobiony parmezan, ciecierzycę, jajko, bułkę tartą, mąkę, kolendrę, kmin rzymski, ostrą paprykę, ½-1 łyżeczki soli i ½ łyżeczki pieprzu, wymieszać **25 s/obr. 5**. Przełożyć do innego naczynia. Z masy uformować pulpety (Ø 4 cm), odstawić do lodówki na 30 min. W tym czasie przygotować sałatkę.

#### Sałatka

- Na pokrywie naczynia miksującego postawić miskę, odważyć do niej pomidorki, oliwę, ocet balsamiczny, dodać cukier, pozostałe ½ łyżeczki soli i pozostałą ¼-½ łyżeczki pieprzu, wymieszać, odstawić do lodówki.
- Na patelni rozgrzać oliwę. Smażyć pulpety na średnim ogniu po 3-4 min z każdej strony. Usmażone pulpety odkładać na talerz wyłożony ręcznikiem papierowym, aby odsączyć je z nadmiaru tłuszczu.
- Pulpeciki z ciecierzycy podawać bezpośrednio po przygotowaniu z letnią sałatką pomidorową.

### WSKAZÓWKA

- Przepis na „Bułkę tartą” znajduje się w książce podstawowej do TM5 „Kulinarne ABC” na str. 32 i kolekcji o tym samym tytule znajdującej się na platformie Cookidoo®, w książce podstawowej do TM31 „Radość gotowania” na str. 29.