

Kopytka z batatów z sosem grzybowym

Czas ogółem **55 min** 15 min Czas przygotowania **40 min** Czas gotowania

Wartości odżywcze (na porcję)

4354 kJ / 1040 kcal

Tłuszcz: **51 g** Białko: **25 g**

Węglowodany: **122 g**

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

600 g	batatów
65 g	mąki pszennej
3 łyżki	skrobi ziemniaczanej
1	jajko
0,5 łyżeczka	soli
Sos grzybowy:	
1 łyżka	masła
500 g	pieczarek (pół na pół białe i brązowe)
4	szalotki
2	ząbki czosnku
1 łyżka	Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman
1 łyżeczka	pieprzu
250 ml	słodkiej śmietanki 30%
0,5 pęczek	natki pietruszki

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

600 g batatów

Rozgrzej piekarnik do 190°C. Bataty umyj, obierz i pokrój na mniejsze kawałki. Ułóż na blasze do pieczenia i piecz ok. 25 minut, aż staną się miękkie. Ostudź i przeciśnij przez praskę.

Krok 2

65 g mąki pszennej - **3 łyżki** skrobi ziemniaczanej - **1** jajko - **0,5 łyżeczka** soli

Bataty przełóż do miski. Dodaj mąkę pszenną, skrobię, sól i jajko. Wyrób ciasto i uformuj z niego wałeczki. Wałeczki ciasta pokrój na kopytka. Kopytka gotuj partiami w osolonej wodzie przez 3 minuty od wypłynięcia.

Krok 3

1 łyżka masła - **500 g** pieczarek (pół na pół białe i brązowe) - **4** szalotki - **2** ząbki czosnku - **1 łyżka** Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman - **1 łyżeczka** pieprzu - **250 ml** słodkiej śmietanki 30% - **0,5 pęczek** natki pietruszki

Pieczarki umyj i pokrój w plastry, a szalotki w piórka. Czosnek drobno posiekaj. Podsmaż cebulkę na maśle do zeszklenia. Dodaj pieczarki i czosnek i usmaż na złoty kolor. Dopraw sosem sojowym Kikkoman oraz pieprzem. Wlej śmietankę, dodaj posiekaną pietruszkę i zagotuj. Gotowe kopytka polej sosem i udekoruj pietruszką.