



Lihapyörykät

Aineet: 1 prk kermaviiliä
1 dl korppujauhoja
1 sipuli
2 tl voita, margariinia tai öljyä
500 g jauhelihaa
1 kananmuna
1,5 tl suolaa
2 tl oreganoa

Valmistus: 1. Anna korppujauhojen turvota kermaviilissä vähintään 15 minuuttia.
2. Hienonna sipuli ja hauduta rasvassa läpikuultavaksi. Voit myös kypsentää sipulit ilman rasvaa mikroaaltouunissa (2-3 minuttia täydellä teholla).
3. Lisää kaikki muut aineet korppujauhoseokseen ja sekoita hyvin.
4. Muotoile taikinasta pyöryköitä ja paista pannulla kypsiksi. Lihapullat voi kypsentää myös uunissa, jolloin käytettävän rasvan määrä jää vähäiseksi.

www.superkokki.com