

# SZPINAKOWY STAMPPOT Z WEGAŃSKIM KOTLETEM MIELONYM

## SKŁADNIKI

🍴 2 PORCJE

🕒 41 MIN

🌱 ŁATWY

1 opakowanie Garden Gourmet  
Wegański Kotlet Mielony

600 g mącznych ziemniaków

400 g świeżego szpinaku

1 czerwona cebula

1 mała szalotka

1 łyżeczka drobnej musztardy

100 ml mleka roślinnego

50 ml oliwy z oliwek z pierwszego  
tłoczenia

1 łyżeczka sos roślinny w proszku  
naturalny

sól i pieprz

Szukasz pocieszenia na chłodne dni? Garden Gourmet ma dla Ciebie idealny przepis! Jest aksamitny, wypełniony świeżym szpinakiem i oczywiście wegański. Wypróbuj szpinakowy stamppot z Wegańskim Kotletem Mielonym od Garden Gourmet, który doskonale smakuje nie tylko zimą. Świetnie sprawdza się jako danie wegańskie na obiad dla całej rodziny – przypadnie do gustu zarówno małym, jak i dużym smakoszom.

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

### 1. Przygotuj ziemniaki

Obierz ziemniaki i dokładnie umyj. Następnie pokrój je na równe kawałki o średniej grubości. Zagotuj w wodzie z niewielkim dodatkiem soli.

### 2. Przygotuj warzywa

Gotuj ziemniaki przez około 20 minut do czasu, aż zmiękną. W międzyczasie drobno posiekaj i podsmaż szalotkę na patelni na odrobinie oleju. Dokładnie umyj, a następnie grubo posiekaj szpinak. Dodaj go na patelnię i pozwól mu nieco odparować. Przez cały czas gotowania, mieszaj co 1-2 minuty, aby uniknąć przypalenia.

### 3. Rozgnieć ziemniaki

Odcedź ziemniaki z wody i rozgnieć je tłuczkiem do ziemniaków. Zrób to dokładnie, aby uniknąć grudek, dzięki czemu ten przepis wegański zrobi na Tobie jeszcze większe wrażenie, ponieważ stamppot będzie wyjątkowo aksamitny.

### 4. Przygotuj stamppot

Do ziemniaków dodaj mleko i oliwę z oliwek, a następnie wrzuć wcześniej przygotowany szpinak. Dopraw danie wegańskie do smaku solą i pieprzem. Przechowuj całość w ciepłe pod pokrywką do czasu podania. Możesz także okryć garnek lub patelnię kocem, aby jeszcze bardziej spowolnić proces ochładzania się dania.

### 5. Przygotuj sos

Posiekaj czerwoną cebulę w kostkę o niewielkich rozmiarach i podsmaż ją krótko na oliwie, aż zacznie się lekko zabarwiać. Przygotuj sos wegetariański zgodnie z instrukcją na opakowaniu. Dodaj do niego podsmażoną cebulę oraz łyżkę musztardy. Całość dokładnie wymieszaj do uzyskania jednolitej konsystencji i odstaw na bok.

### 6. Przygotuj Wegańskiego Kotlecia Mielonego od Garden Gourmet

Usmaż Garden Gourmet Wegańskiego Kotlecia Mielonego zgodnie z instrukcjami na opakowaniu. Możesz także upiec go w piekarniku, co zajmie Ci tyle samo czasu. W jednym i drugim przypadku kotlet wegański smakuje wyśmienicie.

### 7. Podawaj i smacznego!

Jeszcze ciepły stamppot wyłóż na talerz. Na nim powinien się znaleźć wegański kotlet. Całość polej sosem i przepis wegański został ukończony! Możesz podać danie bliskim lub samodzielnie się nim zająć. Smacznego!

**SPRAWDŹ WIĘCEJ PRZEPISÓW NA  
WWW.GARDENGOURMET.PL**

[Garden Gourmet](#) > [Przepisy](#) > [Szpinakowy stampot z Wegańskim Kotletem Mielonym](#)