



Κεφτεδάκια με νιφάδες σίκαλης

Μερίδες: 4 **Χρόνος προετοιμασίας:** 12 λεπτά **Χρόνος ψησίματος:** 30 λεπτά

Υλικά:

100 γρ. [Nature's Promise Bio Νιφάδες Σίκαλης](#)

1 κρεμμύδι, κομμένο σε μεσαία κομμάτια

1 σκελίδα σκόρδο

40 γρ. ηλιόσπορο

1 κ.σ. ντοματοπελτέ

3 κλωνάρια άνηθο, ψιλοκομμένο

60 γρ. ψωμί, μουλιασμένο

30 γρ. φυτικό γάλα, της επιλογής μας

1 κ.σ. ρίγανη

1 κ.σ. γλυκιά πάπρικα

2 κ.σ. ελαιόλαδο

100 γρ. [Nature's Promise Bio Νιφάδες Σίκαλης](#)

αλάτι

Εκτέλεση:

- 1) Ρίχνουμε τις [Nature's Promise Bio Νιφάδες Σίκαλης](#) σε μία κατσαρόλα, καλύπτουμε με νερό και βράζουμε για 7-8 λεπτά.
- 2) Στραγγίζουμε και μεταφέρουμε την βρασμένη [Nature's Promise Bio Νιφάδες Σίκαλης](#) σε ένα μπλέντερ μαζί με το κρεμμύδι, το σκόρδο, τον ηλιόσπορο, τον ντοματοπελτέ, τον άνηθο, το ψωμί, το φυτικό ρόφημα, τη ρίγανη, την πάπρικα και το ελαιόλαδο.
- 3) Αλατίζουμε και χτυπάμε καλά μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα μας,



- 4) Προσθέτουμε τα 100 γρ. ωμές [Nature's Promise Bio Νιφάδες Σίκαλης](#) και ανακατεύουμε.
- 5) Πλάθουμε κεφτεδάκια των 50 γρ. και τα τοποθετούμε σε ένα ταψί με λαδόκολλα.
- 6) Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°C, στον αέρα για 25-30 λεπτά.