Cícerové bezlepkové fašírky

Počet porcií: 4
Čas prípravy: 30 minut
Bez lepku

Postup prípravy

Strúhanku dáme na plech vystlaný papierom na pečenie a v rúre ju na 180 stupňoch asi 5 minút opečieme do zlatohneda. Potom ju necháme vychladnúť.

Cibuľku a cesnak očistíme.

Cícer zlejeme z nálevu, polovicu nálevu si však odložíme bokom. Alebo vopred namočený cícer a potom uvarený do mäkka.

Cesnak, cibuľu a cícer vložíme do sekáčika (mixéru s nožmi) a rozmixujeme na kašu. V prípade, že je zmes suchá, pridáme za lyžicu cícerového nálevu alebo vody. V zmesi môžu ostať drobné hrudky.

Do rozmixovaného cíceru pridáme bezlepkovú múku a dochutíme ju soľou, prípadne čerstvým mletým čiernym korením.

Zliatu tekutinu z cíceru (nazýva sa aj aquafaba) dáme do vyššej nádoby a vyšľaháme ju do konzistencie pripomínajúcej sneh z bielok. Tento “cícerový sneh” vmiešame opatrne gumenou varechou do pripravenej cícerovej zmesi. Pomocou polievkovej lyžice odoberáme zmes, ktorú dobre obalíme v strúhanke a bochníčky vysmážame v panvici s rozohriatym olejom.

Cícerové bezlepkové fašírky necháme odkvapkať na papierovej kuchynskej utierke. Podávame buď ako jednohubky s kečupom alebo smotanovo syrovým dipom, alebo ako fašírky so zemiakovou kašou.

Ingrediencie

- **PROMIX®-UNI – univerzálna bezgluténová múka 1000 g** - 55 g
- **STRÚHANKA bezgluténová pečivová 350 g** - 150 g
- **Cibuľa voľná** - 30 g
- **Cesnak** - 3 g
- **Olej slnečnicový** - 50 g
- **Mleté čierne korenie** - 1 g
- **Cícer** - 400 g
- **Jedlá soľ** - 6 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE