




## Buraczki z wakame

 Dorota Duszak

Polecane na: [jednogarnkowe](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

### Warto wiedzieć:

 20 min

 łatwy

 5 porcji

### Składniki:

buraczki ugotowane - 10 szt.

glon wakame ugotowany bio - 10 cm

siemię lniane - 4 łyżka

masło klarowane - 1 łyżka

cytryna - 1 szt.

sól - 1 łyżka

miód - 2 łyżka

sos tamari bio - 1 łyżka

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Buraczki i glon wakame przepuści przez maszynkę do mielenia.

**KROK 2:** Na rozgrzaną patelnię wylóż tłuszcz i zmielone buraczki z wakame.

**KROK 3:** Siemię lniane zmiel i wsyp do gorących buraków. Wymieszaj. Trzymaj na kuchni do momentu zgęstnienia buraków. Dodaj sosu tamari. Wymieszaj.

**KROK 4:** Zestaw z ognia.

**KROK 5:** Do przestudzonych buraczków dodaj miód do smaku, soku z cytryny i soli. Smacznego.