Dyniowe placki z lekką sałatką

foodmania

Polecane na: **danie główne, przystawki i przekąski**

Warto wiedzieć:

40 min | łatwy | 2 porcje

Składniki:

- dynia kohhaido średnia - 1/2 szt.
- mąka kukurydziana - 4 łyżka
- białka jajek - 2 szt.
- ziarna lnu złocistego - 1 łyżka
- listki bazylii - trochę trochę
- sól sezamowa - 1 łyżeczka
- sól morska - 1 szczypta
- pieprz ziołowy - 1 szczypta
- mix sałat - trochę trochę
- pomidory koktajlowe - 1 garść
- ogórki gruntowe - 2 szt.
- seler naciowy - 1 kawałek
- oliwa z oliwek - 1 łyżka

Dodatkowe info:

Placuszki są lekkostrawne, dietetyczne, bezglutenowe i świetnie nadają się również dla najmłodszych pociech :)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Dynię zetrzeć na tarce (na dużych oczkach), a następnie wymieszać z białkami oraz solą sezamową i mąką kukurydzianą.

KROK 2: Na blaszkę (wyłożoną papierem do pieczenia) wyłożyć placuszki, z wierzchu posypać ziarnami lnu i piec około 15-20 minut w 170 stopniach. Gotowe placki udekorować listkami bazylii.

KROK 3: Ogórki obrać i pokroić, selera naciowego pokroić na małe kawałki, pomidory przekroić na połówki.

KROK 4: Wszystkie warzywa wymieszać, przyprawić i skropić oliwą.