Bezglutenowe wegańskie pierogi z kapustą i grzybami

Barbara Strużyna

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

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

70 min

1 porcja

Składniki:

- mąka ryżowa - 1 szklanka
- mąka gryczana jasna - 1 szklanka
- mąka ziemniaczana (skrobia) - 1 szklanka
- olej - 3 łyżka
- guma guar - 1 łyżeczka
- grzyby suszone np. borowiki - 30 g
- kiszona kapusta - 400 g
- cebula - 2 szt.
- sól - do smaku
- pieprz - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Grzyby suszone moczymy w wodzie przez 5 minut. Płuczemy, znowu zalewamy wodą i moczymy ok. pół godziny.
Na patelni rozgrzewamy łyżkę oleju i podsmażamy pokrojoną w kostkę pierwsza cebulę. Gdy trochę zmięknie dodajemy grzyby, podsmażamy i dodajemy kapustę kiszoną, podsmażamy. Gdy całość będzie sucha dodajemy wodę z grzybów i dusimy wszystko ok 15 minut. aż odparuje się woda. Kapustę z grzybami lekko doprawiamy do smaku, miksujemy w robocie lub przepuszczamy przez maszynkę do mięsa.

KROK 2: Mąki i gumę guar wysypujemy na stolnicę, mieszamy i powoli wlewamy szklankę gorącej wody zagniatając ciasto (można widelcem aby się nie poparzyć). Obserwujemy jak zachowuje się mąka i dodajemy jeszcze tyle wody aby ciasto się skleiło (jeszcze ok. 3/4 szklanki) . Ciasto jest bardzo przyjemne w konsystencji, nie rozciąga się ale bardzo dobrze się do siebie klei. Dzielimy na dwie lub trzy części, wkładamy do woreczka lub pod ściereczkę aby nie wyschło i dajemy mu odpocząć 10 minut.

KROK 3: Stolnicę podsypujemy mąką
wykładamy część ciasta i rozwałkowujemy na

cienki placek. Wycinamy kółka szklanką i wkładamy farsz. Musimy uważać bo ciasto się nie rozciąga i łatwo pęka, jest bardzo delikatne. Wkładamy łyżeczkę farszu sklejamy brzegi i wrzucamy do wrzącej osolonej wody z dodatkiem oleju. Gotujemy po wypłynięciu ok 5 minut.

KROK 4: Na patelni podsmażamy cebulkę pokrojoną w kostkę, lekko ją solimy. Pierogi podajemy okraszone cebulką i lekko popieprzone.

Smacznego!