Gryczane placuszki z burakiem i jarmużem

Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: **przystawki i przekąski, śniadanie**

Warto wiedzieć:

20 min | łatwy | 20 porcji

Składniki:

- kasza gryczana niepalona - 100 g
- buraki - 3 szt.
- jarmuż sproszkowany - 2 łyżka
- sól himalajska - 1 szczypta
- truskawki - kilka
- nerkowce - kilka

Dodatkowe info:

Kolorowe i nieziemsko zdrowe placuszki z gryki! ;)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kaszę gryczaną zalać wodą i odstawić na noc. Po nocy odlać wodę i podzielić kaszę na dwie części.

KROK 2: Do jeden części dodać sok wyciśnięty z 3 buraków, po czym zblendować na gładką masę. Natomiast do drugiej części dodać sproszkowany jarmuż, chlust świeżej wody i również zblendować na gładką masę.

KROK 3: Z obu mas smażyć placuszki na patelni z obu stron (najlepiej pod przykryciem). Placuszki podawać z ulubionymi dodatkami, u mnie były to truskawki i nerkowce.