



## Kisz z wieprzowina i boćwina

 dorotaR

Polecane na: [zapiekaniki](#)

Kuchnia (region): [arabska](#), [polska](#)

### Warto wiedzieć:

 0 min

 łatwy

 1 porcja

### Składniki:

maka pełnoziarnista - 300 g  
olej kokosowy - 3 łyżka  
sól - 1 łyżeczka  
woda - 1/2 szklanka  
kefir - 500 ml  
jajko - 1 szt.

czosnek - 2 ząbek  
tymianek - 1 łyżeczka  
boćwina - 1/2 pęk  
wieprzowina - 100 g  
brukselka - trochę

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Do maki dodajemy przyprawy, olej, wodę i mieszamy najpierw łyżką a potem ręką. Zagniatamy ciasto, rozwałkowujemy i wykładamy nim formę na kisz.

Kefir mieszamy z jajkiem, przeciśniętym przez praskę czosnkiem, tymiankiem, posiekaną boćwiną, wlewamy na ciasto.

Wieprzowinę kroimy w cienkie plasterki i układamy na wierzchu. Brukselki kroimy na pół i układamy na wierzchu.

Pieczemy 50 min w 180st.