Kopytka z dynią na roślinny obiad :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **danie główne**

Warto wiedzieć:

45 min

2 porcje

Składniki:

KOPYTKA: -
ugotowane ziemniaki - 100 g
mąka orkiszowa - 100 g
pure z dyni - 100 g
sól - szczypta
SOS ŚMIETANKOWO-WARZYWNY -
cukinia - 1 szt.
czosnek - 1 ząbek
cebula - 1 szt.
oliwa z oliwek - 1 łyżka
wegańska śmietanka ryżowa - 1 opakowanie
sól, papryka słodka, papryka ostra, pieprz czarny, kurkuma - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Ziemniaki rozgnieć za pomocą praski.
Wymieszaj dokładnie z pozostałymi składnikami, ugniatając w miarę możliwości jednolite ciasto.
Ciasto podziel na dwie części. Z każdej uformuj wałeczek średniej grubości, a następnie ostrym nożem odkrajaj kawałki w kształcie kopytek.
Kluski wrzucaj na osolony wrzątek. Wyławiaj z garnka po chwili, kiedy wypłyną na powierzchnię.
W międzyczasie przygotuj sos. Rozgrzej na patelni oliwę i lekko podsmaż posiekaną cebulę z czosnkiem. Kolejno dodaj pokrojoną cukinię i duś pod przykryciem, na małym ogniu ok 10 minut.
W razie potrzeby dolej odrobinę wody.
Następnie wlej śmietankę ryżową, dodaj sól, przyprawy, wymieszaj i gotuj już na pełnym ogniu, aby naturalnie zagęścić sos.
Porcję kopytek podawaj z przygotowanym sosem.