# Makaron proteinowy

Dorota Rozbicka

Polecane na: **danie główne, lunchbox**

Kuchnia (region): **polska**

## Warto wiedzieć:

30 min

1 porcja

## Składniki:

- mąka pszenna pełnoziarnista - 300 g
- mąka z ciecierzycy - 100 g
- białko ryżowe w proszku - 50 g
- białka jaj - 8 szt.
- sól - 1 łyżeczka

## Sposób przygotowania:

*KROK 1:* Do misy miksera wsypujemy mąki i białko oraz sól. Dodajemy białka i wyrabiamy ciasto. Ciasto powinno wyjść jednolite, bardzo gęste nawet lekko twarde. Jeśli jest taka potrzeba można dodać kilka łyżek ciepłej wody lub podsypać mąką.

*KROK 2:* Gotowe ciasto jeszcze chwilę wyrabiamy ręcznie. Następnie dzielimy na kawałki, rozwałkowujemy dość cienko, oprószamy mąką i wcieramy ją w ciasto.

*KROK 3:* Kroimy na makaron lub przepuszczamy przez maszynkę do makaronu. Gotujemy 3 minuty w osolonym wrzątku.