Marchewkowe chlebki jaglane

foodmania

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

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 6 porcji

Składniki:

- kasza jaglana - 4 łyżka
- mąka amarantusowa - 2 łyżka
- tahini - 1 łyżka
- marchew - 1 szt.
- babka płesznik - 1 łyżeczka
- sól sezamowa - 1 szczypta
- curry - 1 szczypta
- pomidor suszony z bazylią - 1 szczypta

Dodatkowe info:

Są niezwykle bogate w białko, błonnik i inne składniki odżywcze! A przede wszystkim świetnie smakują!

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kaszę jaglaną opłukać dwukrotnie w wodzie (aby pozbyć się gorzkiego posmaku), ugotować i odstawić do wystygnięcia.

KROK 2: Ostudzoną kaszę zblendować.

KROK 3: Marchewkę zetrzeć na tarce (na drobnych oczkach).

KROK 4: Wszystkie składniki dokładnie ze sobą wymieszać.

KROK 5: Masę przełożyć na blaszkę wyłożoną papierem do pieczenia na grubość około 0,5cm i piec 30 minut w temperaturze 180 stopni (należy wydłużyć czas pieczenia jeżeli wolicie zupełnie chrupkie).

KROK 6: Gotowe chlebki pokroić na kawałki.