Naleśniki gryczano-komosowe

Dominika Lasota (Jescbyzycwzdrowiu)

Polecane na: **danie główne, desery, lunchbox, śniadanie**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

30 min | łatwy | 10 porcji

Składniki:

- Kasza gryczana niepalona - 1 i 3/4 szklanka
- Komosa ryżowa - 1/4 szklanka
- Woda - trochę
- Sól - trochę

Dodatkowe info:

W kręgu wegańskich znajomych zostałam mianowana królową naleśników. Dla niektórych wydaje się niemożliwe usmażyć naleśniki bez tłuszczu, jajek, mleka, glutenu, siemienia lnianego. Mi to, o dziwo, nie sprawia większych problemów. Chociaż muszę przyznać, że pierwszy naleśnik zawsze trafia do kosza. Jak mówią Rosjanie: pierwyj blin komom ;-) Pamiętajmy, że w 90% przypadków winowajcą nieudanych naleśników jest patelnia, a nie ciasto.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kaszę i komosę ryżową namaczamy na noc, rano przepłukujemy, odstawiamy do wykiełkowania lub od razu przygotowujemy naleśniki. Kaszę i komosę wsypujemy do kielicha blendera zalewamy wodą na wysokość 1 cm nad poziomem kasz. Miksujemy, dodajemy sól.

KROK 2: Patelnię rozgrzewamy i wylewamy ciasto. Gdy brzegi naleśnika zaczną lekko odchodzić - przekręcamy na drugą stronę. Zacznijcie od małych naleśników, by wyczuć, jaka konsystencja będzie najlepsza. Mniejsze naleśniki łatwiej przewrócić na drugą stronę. Podajemy na słodko z owocami, bitą śmietaną kokosową, itp., lub na słono z ulubionym farszem. Można też użyć do krokietów.