Naleśniki z kurkumą, soczewicą, kurkami i szpinakiem

Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na:

Warto wiedzieć:

30 min

4 porcje

Składniki:

Ciasto na naleśniki: mąka - 1 szklanka
woda - 1 szklanka
woda gazowana - 1/2 szklanka
kurkuma - 1 łyżeczka
Farsz: soczewica żółta - 1 szklanka
cebula suszona lub asafetyda - 1/4 łyżeczka
liście curry - 2 szt.
przyprawa curry - 2 łyżeczka
papryczka chili - 1 szt.
czosnek - 2 ząbek
kurkuma -
olej - 2 łyżka
marchewka - 2 szt.
czarnuszka - 1 łyżka
kolendra - trochę
kurki oczyszczone (w sezonie lub mrożone) - 2 garść
szpinak - 2 garść

Dodatkowe info:

Naleśniki można obsmażyć jeszcze na patelni z każdej strony. Są jeszcze lepsze. Farsz nadaje się do pierogów. Kurki to składnik, który można pominąć. Dodałam ponieważ jest sezon.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Przygotuj ciasto na naleśniki.Smaż cienkie placki na niewielkiej ilości oleju.
Do wrzącej wody dodaj przepłukaną soczewicę, włóż listki curry i gotuj ok.15 minut. Odcedź. Wyjmij liski curry. Pokrój cebulę w kostkę a marchewkę zetrzyj na tarce na dużych oczkach. Rozgrzej olej na patelni. Dodaj cebulę, kurki i pokrojony lub przeciśnięty przez praskę

czosnek (jeśli używasz asafetydy na patelni podsmaż wszystkie składniki pomijając cebulę a samą asafetydę dodaj już pod koniec duszenia). Następnie dodaj przyprawy oraz startą marchew. Krótko duś razem. Dodaj ugotowaną soczewicę, drobno posiekaną papryczkę chili i szpinak. Wymieszaj razem. Trzymaj jeszcze chwilę na małym ogniu, tak aby liście się zblanszowały. Nadziewaj naleśniki. Posyp kolendrą.