





Otrębowe zielone naleśniki z farszem z pieczonego łososia, fetą i szpinakiem

 Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na: [danie główne](#)

Warto wiedzieć:

 20 min

 2 porcje

Składniki:

mąka orkiszowa - 1 szklanka
napój roślinny / mleko - 1 szklanka
świeży szpinak - 1 garść
jajko - 1 garść
otręby dowolne - 1/2 szklanka
woda gazowana - 1/2 szklanka
pieprz - - do smaku
sól - 1/3 łyżeczka
Farsz: -
łosoś świeży lub mrożony - 300 g

sól - - do smaku
czosnek granulowany - 1/2 łyżeczka
ser feta - 150 g
szpinak mrożony lub świeży - 150 g
czosnek - 2 ząbek
oliwy z oliwek - 2 łyżka
gałka muszkatołowa - 1 szczypta
Do podania: -
ketchup - - do smaku
kielki rzodkiewki - - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Naczynie do zapiekania posmaruj oliwą lub olejem. Łososia umyj i umieść w naczyniu do zapiekania, posól i dopraw czosnkiem granulowanym. Piecz w piekarniku nagrzanym na 190 °C przez 20-30 minut. W wysokim naczyniu przygotuj ciasto naleśnikowe łącząc wszystkie składniki. Odstaw na 30 minut. Potem smaź na małej ilości oleju cienkie placki. Na patelni podsmaż czosnek, dodaj szpinak, pokruszoną w palcach fetę i gałkę muszkatołową, wymieszaj. Upieczonego

łososia rozgnieć delikatnie widelcem i dodaj do szpinaku z fetą. Wymieszaj.

KROK 2: Wysmażone naleśniki nadziej farszem i zwiń w ruloniki i polej ketchupem. Podawaj na ciepło z np. z sałatką z pomidora lub z kiełkami.