Pasztet roślinny z białych warzyw i kaszy

Dorota Rozbicka

Polecane na: **danie główne, lunchbox, przystawki i przekąski, zapiekanki**

Kuchnia (region): **arabska, polska**

Warto wiedzieć:

120 min | łatwy | 10 porcji

Składniki:

- seler korzeniowy - 700 g
- pietruszka korzeń - 2 szt.
- ziemniaki ugotowane - 3 szt.
- cebula - 2 szt.
- czosnek ząbki - 3 szt.
- kasza jęczmienna - 1/3 szklanka
- olej - 0,5 szklanka
- drożdże nieaktywne - 3 łyżka
- sól himalajska - do smaku
- pieprz - do smaku
- oregano - 1 łyżeczka
- lubczyk - 1 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kaszę gotujemy w 1 szkl wrzątku.
Selera i pietruszkę obieramy i ścieramy na tarce.
Na oleju szklimy posiekaną cebulę, dodajemy selera i pietruszkę, dusimy wszystko do miękkości. Studzimy.
Kaszę, ziemniaki, duszone warzywa miksujemy lub przepuszczamy przez maszynkę do mięsa.
Do masy dodajemy przyprawy, resztę oleju, mieszamy.
Masę wykładamy do blaszki.
Pieczemy 50 min w 180 st.
Wyjmujemy z blaszki po ostygnięciu.