Pieczone placki owsiane z warzywami i kiełkami lucerny

Nikita

Polecane na: **danie główne, lunchbox, pieczywo, przystawki i przekąski, śniadanie**

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

Warto wiedzieć:

60 min

5 porcji

Składniki:

- płatki owsiane bezglutenowe - 1 szklanka
- mąka z ciecierzycy - 150 g
- mąka bezglutenowa uniwersalna (ewentualnie pszenna) - 150 g
- siemie lniane mielone - 2 łyżka
- drożdże - 30 g
- marchewka - 200 g
- cebula - 1 szt.
- ogórki kiszone - 2 szt.
- olej rzepakowy - 2 łyżka
- imbir mielony - - szczypta
- orzechy włoskie - 3 łyżka
- do podania: kiełki lucerny - - trochę

Dodatkowe info:

Placki można podawać również z różnymi pastami lub sosami zamiast pieczywa.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Płatki owsiane zalać szklanką wody i odstawić na 30 minut. W międzyczasie posiekać drobno cebulę, ogórki kiszone i orzechy włoskie. Marchewkę zetrzeć na drobnej tarce jarzynowej. W misie robota umieścić namoczone płatki owsiane, cebulę, ogórki, orzechy, marchewkę, drożdże, mąkę z ciecierzycy, mąkę uniwersalną, sól i imbir oraz 1 łyżkę oleju, zagnieść ciasto (jak będzie za gęste to dodać 1-2 łyżki wody).

KROK 2: Blachę wyłożyć papierem do pieczenia, posmarować olejem. Formować placki o grubości około 1 cm. Placki posmarować olejem za pomocą pędzelka.

KROK 3: Wstawić do piekarnika nagrzanego do 180 stopni. Piec 20 minut.

KROK 4: Placki przed podaniem posypać kiełkami lucerny.