Placki warzywne z zakwasem i błonnikiem

Nikita

Polecane na: **danie główne, lunchbox**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

45 min

4 porcje

Składniki:

- Ziemniaki - 6-8 szt.
- Marchewka ekologiczna - 1 szt.
- Pasternak ekologiczny - 1 szt.
- Cebula ekologiczna - 1 szt.
- Jajka ekologiczne - 2 szt.
- Zakwas ryżowy (może być inny) - 3 łyżka
- Mąka ziemniaczana - 2 łyżka
- Mąka pszenna lub mieszanka bezglutenowa - 2 łyżka
- Sól - 1 łyżeczka
- Pieprz - 1/2 łyżeczka
- Kozieradka mielona - 1/2 łyżeczka
- Natka pietruszki posiekana - 2 łyżka
- Babka płesznik - 1-2 łyżka
- Olej do smażenia -

Dodatkowe info:

Dodatek zakwasu był spontaniczny, miałam go dużo, więc postanowiłam go dodać. Efekt końcowy był bardzo dobry. Placki wyszły dosyć pulchne i pyszne.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Ziemniaki, marchewkę, pasternak i cebulę obrać i zetrzeć na tarce jarzynowej o drobnych oczkach.
Do warzyw dodać zakwas, mąki, przyprawy i jajka. Wymieszać razem.
Ja użyłam zakwasu ryżowego zrobionego na fermencie winogronowym. Może być inny.
Można odstawić na trochę masę (u mnie stała 3 godziny, ale nie jest to konieczne).

KROK 2: Smażyć placki na oleju na złoto.

KROK 3: Podawać z ulubionymi dodatkami np. śmietaną jogurtem naturalnym, kefirem, maślanką lub surówką.