





Placuszki z cukinii


 Jescbyzycwzdrowiu

Polecane na: **danie główne**

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

Warto wiedzieć:

 40 min

 5 porcji

Składniki:

Starta na grubych oczkach cukinia
- 3 szklanka

Mąka orkiszowa pełnoziarnista - 1
1/2 szklanka

Cebula - 1 szt.

Oliwa z oliwek - 2 łyżka

Pieprz czarny - - szczypta

Sól kamienna - 1 łyżeczka

Słonecznik łuskany - 1/2 szklanka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Cebulę kroimy w kosteczkę, a następnie szklimy na patelni. W dużej misce mieszamy wszystkie składniki. Nakładamy powstałą masę partiami (formując okrągłe placuszki) na blachę wyłożoną papierem do pieczenia.

KROK 2: Pieczemy do zarumienienia 20 minut w 200 stopniach (termoobieg). Smacznego!