Tarta z ziemniakami i czosnkiem niedźwiedzim na bezglutenowym spodzie

Dominika Lasota (Jescbyzycwzdrowiu)

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

45 min | łatwy | 4 porcje

Składniki:

Spód: Bezglutenowa mąka owsiana - 1 szklanka
Mąka ryżowa - 1 3/4 szklanka
Woda - 3/4 szklanka
Zmielone siemię lniane - 1 łyżka
Olej kokosowy - 2 łyżka
Sól - 1 łyżeczka

Farsz: Ziemniaki - 2 szt.
Pokrojony świeży czosnek niedźwiedzi - 2 szklanka
Czosnek - 4 ząbek
Sól, pieprz - trochę
Dodatkowo: Ziarna sezamu - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Składniki na spód tarty mieszamy i zagniatamy ciasto w kulkę. Owijamy folią spożywczą i umieszczamy w lodówce na minimum 1 h. Po tym czasie wałkujemy na cienki placek i wykładamy do foremki na tartę.

KROK 2: Ziemniaki kroimy i wrzucamy na rozgrzaną patelnię, dodajemy odrobinę wody i dusimy 10 minut. Wykładamy na spód tarty, dodajemy posiekane liście czosnku niedźwiedziego, przeciśnięte przez praskę ząbki czosnku i posypujemy solą i pieprzem. Umieszczamy w piekarniku nagrzanym do 180 stopni i pieczemy 45 minut. Opcjonalnie, po wyjęciu z piekarnika posypujemy zmielonym sezamem. Pyszne!