Wegetariańskie krokiety z warzywami i kaszą

Stokrotka

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

Ciasto naleśnikowe -
mleko - 1 szklanka
woda - 0,5 szklanka
puree z dyni - 0,5 szklanka
mąka pszenna - 1,5 szklanka
sól - 2/3 łyżeczka
proszek do pieczenia - 0,5 łyżeczka
olej - 1 łyżka
Nadzienie -
pieczarki - 30 dag
kasza jaglana ugotowana - 1,5 szklanka
marchewka ugotowana - 0,5 szt.
jarmuż - 5-6 kilka listków
cebula - 1 szt.
olej - 2 łyżka
sól, pieprz, sos sojowy - do smaku
Pozostałe składniki -
jajka - 2 szt.
bułka tarta - trochę
olej do smażenia -

Sposób przygotowania:

KROK 1: Na patelni rozgrzać olej, zeszklić drobno pokrojoną cebulę, wsypać posiekane pieczarki, podsmażyć. Liście jarmużu włożyć do wrzącej wody i gotować 3-4 minuty, osączyć, usunąć grube łodygi, posiekać. Połączyć z pieczarkami, dodać ugotowaną kaszę i startą na tarce marchew. Przyprawić do smaku, wymieszać.

KROK 2: Mleko połączyć z wodą, olejem, solą i pure z dyni.

KROK 3: Mąkę wymieszać z proszkiem do pieczenia, przesiać, połączyć z płynnymi składnikami, zmiksować, pozostawić na pół godziny.

KROK 4: Na rozgrzanej patelni usmażyć cienkie naleśniki. Na każdy włożyć porcję nadzienia, zawinąć boki i zwinąć w roladki.

KROK 5: Panierować w roztrzepanym jajku i bułce tartej. Na patelni z rozgrzanym olejem rumienić na złoty kolor.