

placki z natką pietruszki cebulowo-czosnkowe na ostro...



W MOJEJ KUCHNI



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

| | |
|---------------------------------------|--------------|
| natka pietruszki | 1 pęczek |
| cebula | 2 mniejsze |
| czosnek ząbki | 2 większe |
| ziemniaki | 8 średnie |
| jajko | 1 sztuka |
| mąka pszenna | 3/4 szklanki |
| Kucharek przyprawa uniwersalna | - do smaku |
| jogurt naturalny | 1 gęsty |
| Papryka ostra mielona Prymat | 1 łyżeczka |
| Pieprz czarny mielony Prymat | 1 łyżeczka |

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 ziemniaki obrać i pokroić na mniejsze kawałki
- cebulę, czosnek obrać
- natkę pietruszki opłukać
- wszystko zmiksować w blenderze dodając jajko
- KROK 2 masę wymieszać z mąką, pieprzem, papryką ostrą, przyprawą kucharką
- KROK 3 smażyć na gorącym oleju placki na rumiano
- odkładać na ręcznik papierowy

KROK 4

placki są pikantne z zawartością żelaza (natka pietruszki na anemię), przy problemach z anemią, tam gdzie mogę dodaję składniki na jej zmniejszenie

placki najlepiej smakują z gęstym jogurtem.....SMACZNEGO!!!