

Przepis dnia IV, odc. 3: Placuszki z cukinii i buraczków



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

cukinia	2 szt.
buraczki wiórki	
marchewka	
czosnek	2 ząbki
szczypiorek	1 pęczek
jajko	
otręby pszenne	1/2 szklanki
mąka pszenna	3 łyżki
olej rzepakowy	
pestki słonecznika	2 łyżki
Sól ziołowa jodowana Prymat	
Pieprz czarny grubo mielony Prymat	
Papryka słodka mielona Prymat	
Party Dip Czosnkowy Prymat	
śmietana 18 proc	3 łyżki
majonez	3 łyżki
bazylia	do dekoracji

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Zaczynamy od przygotowania dipu. W miseczce mieszamy kwaśną śmietanę, majonez i dip czosnkowy. Dodajemy kilka listków bazylii i odkładamy na 10- 15 minut do lodówki.
- KROK 2 Następnie zabieramy się za placuszki. Ze słoika z buraczkami odlewamy wodę i przekładamy je do miski (ok. pół słoika). Dodajemy pieprz czarny oraz startą na grubych oczkach tarki cukinię ze skórą.
- KROK 3 Przyprawiamy papryką słodką, dodajemy jajko, 2 łyżki mąki i otręby pszenne. Przyprawiamy solą ziołową (2 szczypty) i dodajemy pokrojoną zieloną część szczypiorku. Dokładnie mieszamy i dodajemy wyciśnięty lub drobno posiekany czosnek.
- KROK 4 Z gotowej masy smażymy cienkie i nieduże placki na oleju rzepakowym po ok. 3 minuty z każdej strony. Placki po usmażeniu odsączamy z nadmiaru tłuszczu na ręczniku papierowym.
- KROK 5 Do placków przygotowujemy warzywne „tagliatelle”. Przy pomocy obieraczki tniemy cukinie i marchewkę na cienkie plastry. Doprawiamy solą i smażymy na oleju rzepakowym.
- KROK 6 Podajemy je z dipem czosnkowym i wstążkami z cukinii z marchewką. Całość posypujemy pestkami słonecznika i dekorujemy listkami bazylii.