



AGNIESZKA KUŁAGA

BEZGLUTENOWA BUŁKA TARTA (IDEALNA DO PANIERKI)

Liczba porcji	Czas	Liczba kalorii	Białko	Węglowodany	Tłuszcze
10 os.	10 min.	78,4 kcal	2,4	15	0,54

Co zrobić z wysychającym chlebem gryczanym? Zmilić go! Gryczana bułka tarta zachowuje zbliżone właściwości do klasycznej, pszennej. Nada się znakomicie do przygotowania panierowanego kotleta schabowego czy też wigilijnego karpia.

SKŁADNIKI

- 200g Chleb gryczany*

PRZYGOTOWANIE

1. Chleb* pokroić w kostkę, wysuszyć.
2. Zblendować w Thermomixie do uzyskania pożądanej tekstury.