



AGNIESZKA KUŁAGA

BEZGLUTENOWE LASECZKI Z KMINKIEM

Liczba porcji	Czas	Liczba kalorii	Białko	Węglowodany	Tłuszcze
20 os.	5 godz.	203 kcal	2	20,6	13

Wiejska śmietana oraz masło dobrej jakości są kluczem dla powodzenia akcji pt. bezglutenowe laseczki do barszczu.

SKŁADNIKI

- 400g Mąka ryżowa
- 100g Tapioka
- 250g Masło wiejskie
- szklanka Kwaśna, wiejska śmietana
- 1 sztuka Jajo
- Pół sztuki Sok z cytryny
- 25g Drożdże
- 1/2 łyżeczki Sól himalajska
- Opakowanie Kminek

PRZYGOTOWANIE

1. Drożdże rozpuścić rozcierając z 1/4 szklanki śmietany.
2. Ze wszystkich składników zarobić ciasto cały czas siekając nożem.
3. Dodać kminek, zagnieść ciasto.
4. Ciasto przełożyć do naczynia, przykryć ściereczką i odłożyć na 3 godziny – ciasto delikatnie zwiększy objętość (zwiększenie objętości ciasta wykonywanego przez babcię było znacznie bardziej spektakularne dzięki użyciu najdrobniejszej mąki pszennej ☐)
5. Odrywać po kawałku ciasta, formować z niego wałki i kroić na laseczki.
6. Laseczki smarować jajkiem i wyłożyć na posmarowaną smalcem blaszkę.
7. Piec przez około 20 minut (do zrumienienia) w temp. 170 stopni.