



Naleśniki kukurydziane z kapustą czerwoną i sosem z selera

Bezglutenowe naleśniki kukurydziane

- 200 g mąki kukurydzianej
- 80 g mąki ziemniaczanej
- 2 jajka
- ½ łyżeczki soli
- 400 ml wody + 6 łyżek
- 2 łyżki oleju

Nadzienie z kapusty czerwonej i pora

- 1 średnia cebula
- 1 ząbek czosnku
- 300 g kapusty czerwonej
- zielona część pora
- 1 łyżeczka tymianku
- 1 łyżka oleju rzepakowego
- ½ szklanki wody
- sól

Sos selerowy

- 1 duży korzeń selera
- 1 mała cebula
- 0,5 l wywaru z warzyw
- ½ łyżeczki gałki muszkatołowej
- 1½ łyżki mąki ryżowej
- biały pieprz
- sól
- duża garść natki pietruszki do podania



PRZEPIS NA 8 NALEŚNIKÓW



Bezglutenowy

ZAWIERA:



Jaja

Naleśniki kukurydziane

1. Jajka rozbij do miski i roztrzep je razem z solą. **2.** Mąkę ziemniaczaną rozmieszaj w kubeczku z 6 łyżkami wody i dodaj do jajek. **3.** Wlej wodę i zamieszaj. **4.** Stopniowo dodawaj mąkę, energicznie mieszając trzepaczką. Ciasto powinno być gęstości śmietanki, bez grudek. **5.** Miskę przykryj ręcznikiem i odstaw na 20–30 minut, żeby ciasto dopoczęło. **6.** Przed smaženiem naleśników dodaj 2 łyżki oleju. **7.** Energicznie rozprowadzaj ciasto (nie za grubo) na rozgrzanej patelni i smaż z obu stron, nie rumieniąc za bardzo. **8.** Gotowe naleśniki przekładaj



na duży talerz i trzymaj przykryte pod czystym ręcznikiem kuchennym.

Nadzienie

1. Kapustę i pora dokładnie umyj i usuń wierzchnie liście.
2. Kapustę przekrój na pół i wytnij głąb, a resztę poszatkuj.
3. Por przekrój na pół i posiekaj w piórka.
4. Na patelni rozgrzej olej i zeszklij na nim pokrojoną cebulę.
5. Dorzuć posiekany drobno czosnek oraz tymianek i smaż 1 minutę, nie przerywając mieszania.
6. Dodaj kapustę, pora i podlej wodą. Dokładnie zamieszaj i duś na średnim ogniu pod przykryciem 20 minut. Od czasu do czasu zamieszaj.

Sos selerowy

1. W rondlu rozgrzej olej i zeszklij pokrojoną w kostkę cebulę.
2. Seler obierz i pokrój w 0,5 cm kostkę. Dodaj do cebuli, chwilę podsmaż i wlej 1½ szkl. wywaru. Gotuj pod przykryciem 15 minut na średnim ogniu.
3. Całość zmiksuj blenderem i przetrzyj przez sito, tak aby uzyskać gładki sos.
4. Resztę wywaru rozmieszaj z mąką ryżową i wlej do garnka z sosem.
5. Dodaj sól, biały pieprz, gałkę muszkatołową i zagotuj mieszając. Trzymaj na ogniu jeszcze przez 1 minutę.

1. Odlej połowę sosu do podania, a resztę wlej na patelnię z kapustą i podgrzewaj mieszając przez minutę. W razie potrzeby dopraw solą i pieprzem.
2. Nadzienie nałóż na połowę naleśnika, złóż go na pół i jeszcze raz na pół. Podawaj polane sosem i posypane posiekaną natką pietruszki.

