



BezOkruszka.pl

Zdrowe i pyszne
przepisy bezglutenowe

Oponki bez drożdży i sera

- 50 g margaryny bezmlecznej lub masła w temperaturze pokojowej
- 4 łyżki cukru
- 2 łyżeczki cukru z prawdziwą wanilią
- 150 g miksru mąki bezglutenowej
- 150 g mąki ryżowej + do podsypywania
- 1 jajko
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 125 ml mleka ryżowego
- szczypta soli
- olej rzepakowy do głębokiego smażenia
- cukier puder do opruszenia



PRZEPIS NA OK. 9 OPONEK



Bezglutenowy

ZAWIERA:



Jaja



Cukier

1. Margarynę utrzyj z cukrem na puszysty krem.
2. Mąki wymieszaj z proszkiem do pieczenia i solą.
3. Do masy maślanej dodaj roztrzepane jajko i stopniowo dodawaj mąkę oraz mleko.
4. Masa po wymieszaniu powinna być miękka i puszysta, ale nie kleista.
5. Przełóż ciasto na podsypaną mąką stolnicę i delikatnie dłonią rozplaszcz na ok. 1 cm placek.
6. Filiżanką o ostrym brzegu (u mnie średnicy 9 cm) wycinaj kółka i kolejno kieliszkiem środki oponki.
7. Smaż na rozgrzanym głębokim oleju obustronnie na rumiano.
8. Usmażone oponki przełóż na ręcznik papierowy do odsączenia z nadmiaru tłuszczu i posyp cukrem pudrem.

