

Domowe nachos z kaszy jaglanej i czarnuszki



Składniki

100 g - Kasza jaglana
1 łyżka - Len mielony
1 łyżka - Słonecznik
prażony
4 łyżka - Olej rzepakowy z
chili
2 łyżka - Olej rzepakowy
5 łyżka - Mąka
kukurydziana
1 łyżeczka - Sól
1 łyżka - Czarnuszka

Opis wykonania

Można je potraktować jako przekąskę i podać z sosem, salsą, pastą z kaszy i z czym dusza zapragnie, ja podaję do zupy z pieczonej papryki i mascarpone. Kasza jaglana to wielofunkcyjny produkt, z którego można zrobić wiele potraw...nawet nachos!!

1. Kaszę jaglaną przepłukać wrzątkiem i ugotować. 2. Słonecznik uprzyżyć, doprawić solą i zmiksować. 3. Ostudzoną kaszę wraz z olejami oraz mąką kukurydzianą, lnem i zmiksowanym słonecznikiem połączyć. Doprawić przyprawami. 4. Otrzymaną kulę ciasta kukurydziano-kaszowego rozwałkowujemy na cienki placek. 5. Ciasto się trochę klei podsypujemy mąką kukurydzianą. 6. Placek rozwałkowujemy w kształcie prostokąta. 7. Rozgrzewamy piekarnik do 180 stopni (góra-dół). Na wyłożoną papierem blaszkę wkładamy nasz placek. Posypujemy czarnuszką. Wkładamy do piekarnika i pieczemy ok. 30-40 minut. Kontrolujemy pieczenie ciasta aby się całkowicie nie upiekło ponieważ musimy go jeszcze pokroić na trójkąty! 8. Po ok. 30-40 minutach wyciągamy blaszkę z ciastem i ostrożnie (uwaga gorące!) kroimy na kawałki. Ja zrobiłam to za pomocą noża ale można radełkiem do pizzy. Mój placek miał kształt kwadratu. Pokroiłam go na małe kwadraty i każdy kwadrat na trójkąty. 9. Pokrojone wkładamy ponownie do piekarnika na 20 minut, kontrolujemy żeby się za bardzo nie spiekły. 10. Na tym etapie przed wyjęciem można posypać żółtym serem, sosem pomidorowym i podać jako gorącą przekąskę.