

Golas lubelski



Składniki

2 szklanka - kaszy
gryczanej
200 g - białego sera
(tuarogu)
średnie ziemniaki
jajka
duża cebula
puszka kukurydzy
Olej lniany z pierwszego
tłoczenia
Olej rzepakowy z
pierwszego tłoczenia
Mięta suszona
Pieprz
Sól
Miks sałat z sosem
vinaigrette i chrupiącym
boczkiem
Miks sałat
Musztarda Dijon
Olej lniany
Ocet z czerwonego wina
Boczek wędzony (plastry
lub kawałek)
Szalotka

Opis wykonania

Kasza gryczana z miksem sałat, sosem vinaigrette i chrupiącym boczkiem.

Kaszę gryczaną ugotuj na sypko w 2 szklankach wody, ziemniaki ugotuj we wrzątku, cebule pokrój w grubą kostkę i smaż na szklisto bez koloryzacji na oleju rzepakowym.

Ugotowane ziemniaki i ser przepuść przez maszynkę, dodaj kaszę i po raz pierwszy połącz masę, mieszając rękami.

Doprawi solą i pieprzem, a następnie dodaj resztę składników wraz z olejem lnianym.

Dobrze mieszaj rękami, by masa była jak najbardziej jednolita.

Masę włóż do żaroodpornego półmiska i piecz przez około 40 min w temperaturze 175 do 180 stopni.

Możesz również uformować kotleciki lub krokiety i wówczas piec krócej - od 20 do 25 min.

Potrawa jest od razu gotowa do podania, można serwować ją również z odrobiną śmietany. Dobrym dodatkiem może być sałata z sosem vinaigrette lub sałata z pomidorami doprawiona olejem i czerwonym octem.

Smażymy boczek wędzony na patelni i dodajemy odrobinę octu z czerwonego wina.

Musztardę Dijon, olej lniany i ocet z czerwonego wina mieszamy, dodajemy szalotkę.

Polewamy sosem miks sałat i dodajemy usmażony boczek.