

Indické zelné placky s koriandrovou omáčkou

Počet porcí: 3

Doba přípravy: 30 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Zelí nakrájíme na nudličky, smícháme s polovinou soli (2,5 g) a necháme asi 20 minut odpočinout. Potom ho vymačkáme, vložíme do mísy a přidáme mouku, pepř, koriandr, kurkumu, sezamová semínka, nasekanou chilli papričku zbavenou semínek, zázvor a zbývající sůl (2,5 g). Dobře promícháme, případně zředíme vodou a necháme 10 až 15 minut odpočinout. Z hmoty vytvarujeme placky a opečeme je z obou stran na rozpáleném oleji. Podáváme s koriandrovou omáčkou. Omáčka: Nasekaný koriandr smícháme s prolisovaným česnekem a rozšlehaným jogurtem. Vmícháme cibuli nakrájenou najemno a osolíme.

Ingredience

- **Cibule volná** - 40 g
- **Zelí bílé** - 150 g
- **Česnek** - 3 g
- **Jedlá sůl** - 7 g
- **Paprika červená chilli** - 5 g
- **Koriandr čerstvý** - 5 g
- **Jihočeský jogurt bílý min. 25%** 200 g - 30 g
- **Koriandr celý 20 g** - 2.5 g
- **Kurkuma mletá 30 g** - 2.5 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 3.5 g
- **Zázvor mletý 20 g** - 3.5 g
- **Sezam** - 2.5 g
- **Olej slunečnicový** - 15 g
- **Kukuřičná mouka Harimasa 1 kg** - 200 g

VYTVORENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

