

Pogačice od kore povrća



NAČIN PRIPREME
Jednostavna priprema



VRIJEME PRIPREME
< 30 min



BROJ PORCIJA
16 komada/ 4 osobe

Sastojci

200 g kore povrća (batat, mrkva, peršin, tikvica)
1 glavica luka
1 češanj češnjaka
½ žličice dimljene paprike
1 žlica lista peršina
2 K Plus jaja
50 g glatkog brašna
½ žličice Sweet Chef praška za pecivo
ulje za prženje
Sol
Papar

Za umak od jogurta:

1 K Plus čvrsti jogurt
1 mali češanj češnjaka
1 žličica K Plus maslinovog ulja
Prstohvat soli
Nekoliko kapi ljutog umaka

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici



Povrće dobro operite i ogulite. Ako gulite povrće, ali ne želite odmah spremati pogačice ostatke kore možete skupljati 1-2 dana. Čuvajte ih u hermetički zatvorenoj posudi u hladnjaku dok niste spremni za pripremu.

Luk, češnjak i peršin sitno nasjeckajte.

Stavite luk i oguljeno nasjeckano povrće u zdjelu pa posolite, popaprite i dodajte dimljenu papriku. Ostavite da odstoji 15 minuta pa dodajte sjeckani peršin, jaja, brašno i prašak za pecivo te dobro promiješajte.

Na tavi oblikujte pogačice uz pomoć žličice i pecite u plitkom vrućem ulju 2-3 min sa svake strane pa ocijedite višak ulja na papiru za pečenje.

Servirajte uz salatu i umak.



