



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GLUTENSİZ DÜŞÜK PROTEİNLİ PATATESLİ POĞAÇA

İstanbul Büyükşehir Belediyesi

500 g İHE Düşük Proteinli Glutensiz Nişastalı Karışım (GNK)

25 g yaş maya

300 ml düşük proteinli (dp) süt

1 su bardağı sıvı yağ

1 küçük rendelenmiş çiğ patates

1 küçük rendelenmiş kuru soğan

1 çay kaşığı kuru nane

1 çay kaşığı kekik

1 çay kaşığı tatlı kırmızı toz biber

1 çay kaşığı tuz

Çırpma kabına GNK konularak ortasında boşluk açılır. Yarım su bardağı su ile maya çözülür ve ortadaki boşluğa dökülür. Kalan süt ve diğer malzemeler de eklenerek mikserle çırpılır. Muftin kalıplarına eşit derecede konularak, soğuk fırına sürülür. Fırın 180 dereceye ayarlanır ve üzeri kızarıncaya kadar pişirilir. Pişen poğaçaların üzerine önce kuru bez, kuru bezin üzerine de ıslak bez konularak 10 dakika dinlendirilir.



Fotoğraf "Somuncu" tarafından gönderildi. 03.05.2023