

Lněné placičky s mrkví

Kategorie: [Ostatní](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 2

- mrkev 1 ks
- lněná semínka 125 g
- čerstvě mletý pepř 2 špetka
- libeček 2 špetka
- umeocet 3 kapka
- **podle chuti**
- himalájská sůl 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Len nasypeme do mísy a zalijeme vodou, aby hladina o pár milimetrů přesahovala semínko. Lněná semínka necháme pár hodin nasáknout.

Do vzniklé kašovité hmoty přimícháme koření, umeocet a sůl. Já použila himalájskou sůl, čerstvě mletý pepř a libeček. Směs by měla zůstat kašovitá. Dále přimícháme jednu větší a na jemno nastrouhanou mrkev.

Ze směsi formujeme pomocí lžice placičky libovolné velikosti a formujeme je na pečící papír. Měly by být tenké jen pár milimetrů.

Lněné placičky s mrkví sušíme nejlépe na slunci, v zimním období při pokojové teplotě nebo v sušičce při teplotě do 40 °C.

Lněné placičky s mrkví podáváme jako přílohu a jen tak k chuti.