



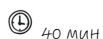
Оладьи со свеклой и отрубями в томатном соусе «Неополитана» с лечо



Ингредиенты

◦ Лечо	1/2 банки (275г)
◦ Свекла в кубиках "На пару"	1/2 банки (170г)
◦ Сахар	3 ст. л.
◦ Чеснок	1 зубчик
◦ Яйцо куриное	3 шт.
◦ Базилик сухой	3 щепотки
◦ Майоран сухой	4 щепотки
◦ Отруби ржаные	3 ст. л.
◦ Мука пшеничная	2 стакана
◦ Кислота лимонная	1 ч. л.
◦ Масло растительное	6 ст. л.
◦ Йогурт натуральный 3,2%	2 стакана
◦ Помидоры резаные в с/с	200 г
◦ Масло сливочное (растопленное)	60 г
◦ Сода	1/3 ч. л.
◦ Соль	по вкусу
◦ Сахар	3 ст. л.
◦ Чеснок	1 зубчик
◦ Яйцо куриное	3 шт.
◦ Базилик сухой	3 щепотки
◦ Майоран сухой	4 щепотки
◦ Отруби ржаные	3 ст. л.
◦ Мука пшеничная	2 стакана
◦ Кислота лимонная	1 ч. л.
◦ Масло растительное	6 ст. л.
◦ Йогурт натуральный 3,2%	2 стакана
◦ Помидоры резаные в с/с	200 г
◦ Масло сливочное (растопленное)	60 г
◦ Сода	1/3 ч. л.
◦ Соль	по вкусу

Способ приготовления:



40 мин



4 порции



380 ккал

1. 3 яйца взбивайте венчиком 1 минуту, соедините с сахаром, добавьте сливочное масло, йогурт, 2 столовые ложки растительного масла, просеянную муку и тщательно вымесите тесто (густоту теста контролируйте мукой).

2. Соду погасите лимонной кислотой, добавьте в тесто, перемешайте. Дать настояться 15 минут. Сделайте пробный оладушек, пока тесто настаивается.

3. В готовое тесто добавьте горсть отрубей или хлопьев и кубики свеклы.

4. Жарьте оладьи на растительном масле обычным способом с двух сторон.

5. Приготовьте соус: смешайте в кастрюле лечо Bonduelle с резаными помидорами, добавьте майоран, базилик, чеснок, соль и томите на слабом огне 20 минут.

6. При подаче оладьи можно полить соусом или подать его отдельно.



Совет

Эти оладьи станут прекрасным дополнением к отварной рыбе. Свеклу измельчите блендером и добавьте в тесто - тогда при жарке оладьи приобретут бордовый цвет.

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>