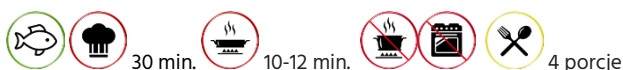




PLACUSZEK TO PODSTAWA



SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- × 2 garści rukoli
- × 1 garść kiełków rzodkiewki
- × 120 g plasterów łososa wędzonego
- × 5-6 patisonów konserwowych
- × 5-6 rzodkiewek
- × 1/3 pestek słonecznika
- × 150 g puszystego sera śmietankowego (1 ząbek czosnku, sól)
- × 4 placuszki z patisonów i czerwonej cebuli
- ×

SKŁADNIKI NA PLACUSZKI: (na 4 duże placki)

- × 1 duży patison (250 g)
- × 1 czerwona cebula
- × 2 ząbki czosnku
- × 2 jajka
- × 2 łyżki śmietany 18%
- × 8 łyżek mąki pszennej
- × sól, świeżo mielony pieprz
- × olej do smażenia

SKŁADNIKI NA DRESSING:

- × 3 łyżki oliwy z oliwek
- × 1/2 ząbka czosnku
- × 1 łyżeczka octu winnego białego
- × 1 łyżeczka syropu klonowego
- × sól, świeżo mielony pieprz

DODATKOWE UWAGI:

- × Patisony możecie zastąpić żółtą lub zieloną cukinią.

PRZYGOTOWANIE:

1. Pestki słonecznika prażymy na suchej patelni.
2. Przygotowujemy placuszki. Od patisona odkrawamy końcówki, ścieramy go na tarce o grubych oczkach, solimy i pozostawiamy na około 15 min aż puści sok. Po upływie tego czasu dokładnie go odciskamy i przekładamy do suchej miski, do której dokładamy, pokrojoną w drobną kosteczkę, czerwoną cebulę. Następnie oddzielamy żółtka od białek. Żółtka dodajemy do naszykowanych warzyw wraz z mąką, a całość doprawiamy solą oraz pieprzem i dokładnie mieszamy. Placuszki smażymy na rozgrzanym oleju, z obydwu stron, aż osiągną złocisty kolor (po około 2-3 min z każdej strony). Gotowe placki wykładamy na ręcznik papierowy i odstawimy do wystygnięcia.
3. Przygotowujemy dressing. Czosnek przeciskamy przez praskę, a następnie łączymy z pozostałymi składnikami dressingu.
4. Plasterki łososa kroimy w paseczki.
5. Rzodkiewki i patisony konserwowe kroimy na półplasterki.
6. Serek śmietankowy łączymy z przeciśniętym przez praskę czosnkiem oraz lekko solimy.
7. W misce łączymy rukolę z łososiem, patisonami, rzodkiewkami, pestkami słonecznika, a następnie skrapiamy całość przygotowanym dressingiem. Na posmarowane serem placuszki wykładamy zawartość miski, a na koniec posypujemy je kiełkami słonecznika.

