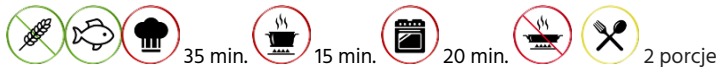




GROSZKOWY EKSPERYMENT



SKŁADNIKI NA DUTCH BABY:

- × 3 jajka
- × 1/2 szklanki mąki z zielonego groszku
- × 2/3 szklanki mleka roślinnego
- × 1 płaska łyżka cukru trzcinowego
- × 1/2 łyżeczki soli
- × 1/3 łyżeczki mielonych płatków chili (opcjonalnie)
- × 4 łyżeczki masła klarowanego

SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- × 1 garść roszponki
- × 2 łyżki sera śmietankowego kanapkowego
- × 140 g tuńczyka z puszki w oleju (kawałki, po odcieku)
- × 1 nieduża kolba kukurydzy
- × 1/3 szklanki mrożonego groszku zielonego
- × 1/2 czerwonej cebuli
- × 8 pomidorów koktajlowych
- × 2 łyżki prażonych solonych pestek słonecznika

SKŁADNIKI NA DRESSING:

- × 4 łyżki oleju z ostropestu
- × 1 ząbek czosnku
- × 1 garstka listków świeżych ziół (rozmaryn, oregano, bazylija)
- × 1 łyżeczka miodu
- × 1 łyżka octu winnego białego
- × szczypta soli (opcjonalnie)

DODATKOWE UWAGI:

- × Do sałatki wykorzystałam mąkę z zielonego groszku firmy GRANO.

PRZYGOTOWANIE:

1. Piekarnik rozgrzewamy do 200 stopni C (grzanie górą-dół). Jajka, mleko, mąkę, cukier, 1 łyżkę masła, sól i chili łączymy mikserem – ubijamy do połączenia składników. Patelnię (którą można wkładać do piekarnika) stawiamy na palniku, a kiedy będzie już nagrzana, rozpuszczamy w niej 2 łyżki masła klarowanego. Następnie wylewamy na nią masę i wstawiamy do piekarnika na około 20 minut, aż boki ładnie się zarumienią.
2. W wysokim naczyniu lub młynku umieszczamy wszystkie składniki sosu, a następnie blendujemy je aż uzyskamy dressing o jednolitej konsystencji.
3. Kukurydzę wrzucamy do wrzącej wody z cukrem, bez dodatku soli (sól wpływa na twardnienie ziarenek) i gotujemy przez około 6 min. Po wystygnięciu obkrawamy ziarenka.
4. Groszek wrzucamy do wrzącej, osolonej wody i gotujemy do miękkości, a następnie odcedzamy.
5. Cebulę kroimy w piórka, a pomidorki przekrawamy na połówki lub ćwiartki.
6. Tuńczyka wyjmujemy z puszki i dokładnie odciskamy z oleju.
7. Omleta pokrywamy serkiem śmietankowym, a następnie układamy naprzemiennie wszystkie składniki sałatki. Całość skrapiamy przygotowanym dressingiem.