Najlepsze bezglutenowe naleśniki po francusku — poczuj klimat Paryża w kuchni!

Składniki:

Sos pomarańczowy

- ☐ 2 lub 3 pomarańcze,
- ☐ 70 g ulubionej substancji słodzącej np. erytrolu,
- ☐ 80 g oleju kokosowego bądź innego roślinnego,
- ☐ 40 ml likieru pomarańczowego,
- ☐ łyżka brandy lub whisky.

Naleśniki bezglutenowe

- ☐ 1 szklanka mąki - bezglutenowa mąka kukurydziana lub owsiana,
- ☐ 1 szklanka mąki ryżowej,
- ☐ 0,5 szklanki skrobi ziemniaczanej lub tapioki,
- ☐ 2 łyżki ulubionego oleju roślinnego np. kokosowego,
- ☐ szczypta soli dla podbicia smaku,
- ☐ 2 szklanki mleka.

Przygotowanie

Oryginalny przepis zakłada wykorzystanie zwykłej mąki, jednak nic nie stoi na przeszkodzie, aby poeksperymentować trochę z takimi produktami jak np. bezglutenowa mieszanka na naleśniki lub tworzyć własne kompozycje. Bezpiecznym wyborem będzie sięgnięcie po takie alternatywy jak MĄKA RYŻOWA BEZGLUTENOWA 500 G czy inne mąki bez glutenu jak owsiane lub kukurydziane.

Instrukcja krop po kroku

Naleśniki bez glutenu

- Do dużej miski przesiej wybrane mąki lub gotową mieszankę, a następnie sól, olej i mleko. Po wymieszaniu ciasta na naleśniki bez glutenu, odstaw je na ok. 15 minut, a po tym czasie sprawdź konsystencję, ważne, aby nie była ani za gęsta, ani zbyt wodnista. Masę przełóż na rozgrzaną patelnię, formując z niej cieniutkie naleśniki.
- Jeśli obawiasz się, że ciasto na naleśniki bezglutenowe może rozpadać się podczas przewracania, możesz również sięgnąć po gotowe produkty jak NALEŚNIKI & GOFRY - MIESZANKA BEZGLUTENOWA 300G.

Sos z pomarańczy
Proste przepisy na bezglutenowe dania są najlepsze, dlatego z naszą recepturą poradzi sobie dosłownie każdy!

- Pomarańcze wyparz w osobnym naczyniu wrzątkiem. Nim je obierzesz, zetrzyj na tarce skórkę jednej z nich, a następnie wyciśnij owoce — powinieneś uzyskać ok. 1 szklanki soku.
- Na patelnię dodaj substancję słodzącą i olej roślinny, delikatnie podgrzewając na małym ogniu. Kiedy cukier się rozpuści, możesz wlać sok i wiórki ze skórki pomarańczy. W tym momencie możesz zwiększyć ogień i gotować cały czas mieszając, aż do uzyskania gęstej konsystencji.
- Wcześniej przygotowane naleśniki posmaruj przygotowanym sosem, złóż na trójkąty i umieść z powrotem na patelni. Następnie polej całość alkoholem, a kiedy zacznie mocno wrzeć, ostrożnie podpal najlepiej długim palnikiem.

Przepis pochodzi ze strony bezgluten.pl. Wejdź i sprawdź inne przepisy.

Najlepsze bezglutenowe naleśniki po francusku — poczuj klimat Paryża w swojej kuchni!

- Tak przygotowane naleśniki przekładamy na talerze i możemy udekorować np. wiórkami lub serpentynami ze skórki pomarańczy.

Klasyczna kuchnia z nurtu współczesnego uczyni dzięki któremu stworzysz idealne naleśniki bezglutenowe! Doskonałe, cenione na całym świecie Crêpes Suzette możesz również wykonać stosując mąkę kukurydzianą lub ryżową tworząc francuskie naleśniki bez glutenu! Wypróbuj nasz sprawdzony przepis na naleśniki z mąki bezglutenowej i ciesz się ich smakiem bez obaw o swoje zdrowie!

Bezgluten.pl