



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Ricette di cucina

Focaccia con Erba senza Zucchero

Glutensiz Otlı Poğaç



1 uova
1 albumed'uovo
1 bicchierino di yogurt
1 bicchierino olio vegetale
1 cucchiaino di burro
10 o 15 aneto
1 cucchiaino di sale
1 bustina di lievito
Mezzo stampo di formaggio
3 bicchieri farina di riso
Per la sopra;
1 tuorlo d'uovo

- # Nella ciotola da impastare si mettono uova albume di uova burro sciolto olio vegetale e sale si miscelano bene con il dito.
- # Farina di riso lievito aneto macinato si aggiungono.
- # Ultimamente si aggiunge formaggio pestato.
- # Taglio impasto preparato si prendono i pezzi grandezza di noce si rotolano e poi si filano nel vassoio oliato.
- # Alla sopra si mette dal tuorlo d'uovo.
- # Poi il vassoio si inserisce nel forno riscaldato a 185 gradi si cucinano circa per 25 minuti.
- # Servirsi in fresco.

Nota: In questa ricetta si usa farina di riso perché farina di grano ha glucosio. I malati che hanno allergia al zucchero si possono consumare tranquillamente.