KIKKOMAN

Bezglutenowa focaccia z rozmarynem i cebulą

Czas ogółem **120 min** **10 min** Czas przygotowania **20 min** Czas gotowania **90 min** Czas fermentowania

Wartości odżywcze (na porcję)
3.552 kJ / 849 kcal

Tłuszcz: **42,9 g** Białko: **16 g**
Węglowodany: **98,4 g**

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

100 g	białej mąki gryczanej
50 g	mąki ryżowej
70 g	skrobi ziemniaczanej
1 łyżka	łusek babki płesznik
250 ml	wody
5 g	suszonych drożdży
3 łyżeczki	Naturalnie warzony bezglutenowy sos sojowy Tamari Kikkoman
60 ml	dobrej jakości oliwy z oliwek
1	cebula
2	gałązki rozmarynu
1 łyżka	cukru
1 łyżka	posiekanego tymianku
1 łyżka	posiekanego oregano
1 łyżka	grubej soli
0,5	cytryny
30 g	oliwek
30 g	sera feta
20 g	orzechów włoskich
1 łyżeczka	płatków chili

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

100 g białej mąki gryczanej - **50 g** mąki ryżowej - **70 g** skrobi ziemniaczanej - **1 łyżka** łusek babki płesznik - **250 ml** wody - **5 g** suszonych drożdży - **1 łyżeczka** Naturalnie warzony bezglutenowy sos sojowy Tamari Kikkoman
Mąkę, skrobię ziemniaczaną, łuski babki płesznik, wodę, drożdże i Bezglutenowy sos sojowy Kikkoman mieszaj przez około 5 minut. W tym czasie ciasto odpowiednio zgęstnieje. Jeśli stanie się zbyt gęste, dodaj więcej wody, a jeśli po 5 minutach nadal będzie zbyt rzadkie, dodaj więcej mąki gryczanej. Ciasto przykryj ściereczką i odstaw do wyrośnięcia w ciepłe miejsce na około godzinę.

Krok 2

10 ml good quality olive oil
Wyrośnięte ciasto ułóż na blasze do pieczenia i rozprowadź po jej powierzchni. Pozostaw do ponownego wyrośnięcia na kolejne 20-30 minut.

Krok 3

1 cebula - **20 ml** dobrej jakości oliwy z oliwek - **1 łyżeczka** Naturalnie warzony bezglutenowy sos sojowy Tamari Kikkoman - **1** gałązka rozmarynu - **1 łyżka** cukru - **0,5 łyżki** posiekanego tymianku - **0,5 łyżki** posiekanego oregano - **1 łyżka** grubej soli
Cebulę pokrój w piórka i podsmaż na 10 ml oliwy z oliwek. Dodaj Bezglutenowy sos sojowy Kikkoman i cukier. Wymieszaj. Resztę oliwy z oliwek wymieszaj z tymiankiem i oregano. Posmaruj oliwą ziołową wyrośniętą focaccię i wciśnij oliwę w ciasto opuszkami palców. Na wierzchu rozłóż cebulę. Posyp rozmarynem i solą. Piecz focaccię w piekarniku nagrzanym do 220°C przez około 20

minut.

Krok 4

40 ml dobrej jakości oliwy z oliwek - **1 łyżeczka** Naturalnie warzony bezglutenowy sos sojowy Tamari Kikkoman - **1** gałązka rozmarynu - **0,5 łyżeczki** posiekanego tymianku - **0,5 łyżeczki** posiekanego oregano - **0,5** cytryny - **30 g** oliwek - **30 g** sera feta - **20 g** orzechów włoskich - **1 łyżeczka** płatków chili

Na talerz wlej oliwę. Dodaj Bezglutenowy sos sojowy Kikkoman, posiekane zioła, sok z cytryny, startą skórkę, drobno posiekane oliwki, pokruszony ser feta, posiekane orzechy włoskie i płatki chili. Wymieszaj. Podawaj z pokrojoną w plastry focaccią.