

Pierogi

Przepis: Karolina Remiasz-Konefał, mama Piotra (DILV + PLE)

Składniki na ciasto:

- 3 szkl. mąki
- 1 szkl. bardzo gorącej wody
- 1 łyżka oleju MCT
- 1 płaska łyżeczka soli

Przygotowanie:

Sekretem udanego, elastycznego ciasta na pierogi jest dodanie bardzo gorącej, przed chwilą zagotowanej wody. Ciasto należy zarobić szybko, najpierw łyżką, a jak tylko temperatura pozwoli – zagnieść je ręką. Tak przygotowana porcja ciasta wystarcza do przygotowania ok. 30 sztuk pierogów, z dowolnym nadzieniem lub świątecznych uszek.

Proponowane nadzienia:

- Ruskie: ziemniaki + chudy twaróg + cebulka podsmażona na MCT + sól, pieprz
- Z kapustą i grzybami
- Na słodko – z chudym twarogiem i cukrem
- Z owocami

Gotowych pierogów nie polewamy tradycyjnym tłuszczem. Możemy położyć na nich cebulkę i szynkę podsmażoną na MCT, a następnie lekko podduszoną w wodzie.