fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

Podziękuj i przekaż darowiznę na naszą fundację!
Pomóż nam wspierać osoby w kryzysie psychicznym.

FundacjaPsychologiczna.pl

Pierogi ruskie bez cukru - przepis

Tutaj liczy się zwarty farsz i odpoczynek ciasta. Twaróg w kostce sprawdzi się lepiej niż rzadszy ser sernikowy.

Porcje: około 60 pierogów

Składniki

Ciasto

- 500 g mąki pszennej, np. typ 500, oraz odrobina do podsypania
- 250 ml gorącej wody
- 4 łyżki oleju (50 ml)
- 1/2 łyżeczki soli

Farsz

- 300 g półtłustego twarogu w kostce
- 300 g cebuli
- 500 g ugotowanych ziemniaków, z około 650-700 g ziemniaków przed gotowaniem
- 2 łyżki masła klarowanego
- po 1/2 płaskiej łyżeczki soli i pieprzu

Przygotowanie krok po kroku

Farsz

1. Ziemniaki ugotuj, odcedź i osusz. Jeszcze ciepłe rozgnieć lub zmiel, przestudź i dopraw.
2. Posiekaną cebulę smaż na maśle około 10 minut na średnim ogniu.
3. Twaróg zmiel lub przeciśnij przez praskę.
4. Połącz ziemniaki, ser, cebulę z masłem i przyprawy.

Ciasto i gotowanie

1. Przesianą mąkę, sól, olej i gorącą wodę wymieszaj łyżką. Wyrób elastyczne ciasto.
2. Kulę ciasta zawiń w folię na 30 minut.

3. Podziel na 3 części; nieużywane przykryj ściereczką.
4. Wałkuj cienko na oprószonym blacie, wycinaj krążki około 8 cm. Nakładaj farsz, składaj i zlepiaj, robiąc falbankę. Ścinki ponownie rozwałkuj.
5. Ulepione pierogi przykryj lekko wilgotną ściereczką.
6. Gotuj partiami w osolonej, łagodnie wrzącej wodzie, 3-4 minuty od wypłynięcia. Wyławiaj cedzakiem.

Źródło przepisu: https://aniagotuje.pl/przepis/pierogi-ruskie