

# Štruca s Garden good orašastim plodovima



NAČIN PRIPREME  
Jednostavna priprema



VRIJEME PRIPREME  
> 60 min

## Sastojci

240 g K Plus smeđe leće  
200 g očišćene cikle  
30 ml K Plus maslinovog ulja  
400 g K Plus zlatnih šampinjona  
30 ml soja sosa  
1 luk  
2 češnja češnjaka  
140 g Garden Good orašastih plodova ( orasi, bademi, lješnjaci)  
60 g Garden Good brusnica  
20 g lanenih sjemenki (+ 50 g vode)  
1 žlica kečapa  
1 žličica dimljene paprike  
½ žličice sitno sjeckanog ružmarina  
½ žličice majčine dušice  
20 g K Plus krušnih mrvica  
sol  
papar



U posoljenu vodu stavite kuhati ciklu narezanu na sitnije komade. Nakon 30 minuta procijedite. Dok se cikla kuha na maslinovom ulju, na srednjoj vatri dinstajte nasjeckani luk i svježe gljive narezane na ploške. Kad su ispustile većinu tekućine dodajte soja sos, pecite još minutu, ubacite sitno sjeckani češnjak i stavite sa strane.

U multipraktiku pulsirajte orašaste plodove par puta, pa dodajte dinstane gljive, dimljenu papriku, ružmarin, majčinu dušicu, kečap, soli i papra po želji. Potom dodajte ciklu i ocijeđenu leću te ponovno pulsirajte. Nemojte previše miksati kako biste sačuvali nešto teksture. U posudu stavite lanene sjemenke i prekrijte ih s 50 g kipuće vode te ostavite da malo odstoji. Prebacite smjesu iz multipraktika u posudu pa dodajte brusnice i dobro promiješate. Po potrebi dodajte krušne mrvice.

Kompaktnu smjesu utisnite u formu za pečenje kruha koji ste obložili papirom za pečenje, poravnajte špatulom i pecite 40 minuta na 200°C.

Dobar tek!

## Nutritivne vrijednosti

## Skeniraj za prikaz na web stranici

