



## Tartă cu vinete, fără gluten

Steps: 6

Difficulty Grad:

### Ingredients

Portions

200 g	făină de hrișcă	200 g	făină de porumb
100 g	făină de cânepă	80 g	ulei de măsline
2 lingurițe	semințe de susan	200 g	piure de migdale
1 lingură	ierburi aromatice mărunțite (la alegere)	1 lingură	turmeric
1	vânăta mare	7 linguri	nuci
3 linguri	nuci crude	2	dovlecei
1	ceapă	2 frunze	busuioc proaspăt
1 cățel	usturoi		suc de lămâie
	sare		

### Instructions

1. Înmoaie 7 linguri de nuci timp de 12 ore.
2. Pregătește aluatul: amestecă toate tipurile de făină, pudra de turmeric, uleiul de măsline, semințele de susan, piureul de migdale, ierburile aromatice și un vârf de sare. Adaugă 100 ml de apă rece și frământă ușor. Formează o cocă, învelește-o în folie alimentară și pune-o la frigider cel puțin două ore.
3. Pregătește umplutura: taie vânăta în cubulețe și presară puțină sare. Pune bucățile de vânăta la scurs într-o sită încăpătoare. Scurge nucile de apă, clătește-le bine și amestecă-le cu busuioc, suc de lămâie, usturoi tăiat mărunț și un vârf de sare. Astfel vei obține un pesto de casă pe care îl amesteci cu dovlecelul dat pe răzătoare.
4. Pornește cuptorul la 180°C. Clătește cu apă cuburile de vinete și pune-le într-o tavă la cuptor cu puțin ulei de măsline. Lasă-le aproximativ 20 de minute.
5. Călește ceapa. După ce s-a înmuiat, ia tigaia de pe foc și adaugă nucile crude (cele 3 linguri), vânăta și mixul de dovlecel.
6. Pune aluatul în tavă și dă-l la cuptor timp de 10 minute. Adaugă amestecul de legume și nuci și lasă la cuptor timp de 10-15 de minute. Servește cu sosul rămas, nuci tocate, suc de lămâie și busuioc.



**📖 Pentru a pregăti o tartă sărată fără gluten deosebită alege ingrediente de calitate. Descoperă ofertele de la Selgros și vei pregăti bunătățuri adorabile de prieteni și familie.**

**Autor:** Teo Dinescu

**Mai multe rețete de la acest autor**

**Vezi mai multe rețete și sfaturi utile din această categorie.**

---

Tartă cu vinete, fără gluten

Stand 29.02.2024