



# Лепешки из цветной капусты

Визуальный рецепт  
от DAREBEE

 [darebee.net](http://darebee.net)

300 г замороженной цветной капусты  
100 г муки  
½ чашки ~ 100 мл воды  
2 ст.л ~ 30 г молотых семян льна

**ВАРИАНТЫ:** вместо обычной муки  
используйте гречневую, соевую или  
рисовую муку (или их смесь).

2 ПОРЦИИ

## ИНСТРУКЦИЯ

1. Разогрейте духовку до 200°C. Поместите все ингредиенты в кухонный комбайн или блендер.
2. Приправьте по вкусу и смешайте до однородности, если у вас нет блендера, то можно сначала разморозить цветную капусту и размять все в пюре с помощью картофелемялки.
3. Выложите тесто на противень, застеленный бумагой для выпечки. Разровняйте ложкой.
4. Выпекайте в духовке в течение 20 минут. Переверните и запекайте еще 5 минут. Перед подачей на стол остудите.

