



Hozzávalók:

5 dkg hajdina, só, 5 dl tej, frissen reszelt szerecsendió, 25 dkg búzadara, fél csokor citromos kakukkfű, 3 tojás

a formázáshoz:

étkezési keményítő

1. A hajdinát bő, sózott vízben, a forrástól számított 30-35 percig főzzük, leszűrjük. Még melegen szitán áttörjük vagy merülőmixerrel pürésítjük, húlni hagyjuk.
2. A tejet enyhén sózva, egy kevés reszelt szerecsendióval fűszerezve fölforraljuk. A búzadarát beleszórjuk, és kevergetve pár perc alatt sűrűre főzzük. Akkor jó, ha összeáll, az edény falától elválik.
3. Megvárjuk amíg kihűl, azután a hajdinapürével, az apróra vágott kakukkfűvel és az egyesével hozzáadott tojásokkal jól összedolgozzuk - a legkényelmesebb burgonyatörővel. Letakarva hűtőszekrényben pihentetjük 30 percen át.
4. Megnedvesített kézzel 20 kis gombócot formálunk belőle, amiket egy sütőpapírra vagy tányérra szórt étkezési keményítőben megforgatunk. Enyhén sózott, forrásban lévő vízben 20 percig főzzük, majd leszűrjük.
5. Szaftos pecsenyék köretként kínáljuk, de egy finom mártással önálló fogás is lehet belőle.

20 darab

Elkészítési idő: 1 óra 20 perc + pihentetés

Egy darab: 89 kcal • fehérje: 3,2 gramm • zsír: 1,7 gramm • szénhidrát: 15,2 gramm • rost: 1,0 gramm • koleszterin: 30 milligramm