



PARÓWKI W CIEŚCIE FRANCUSKIM

Składniki:

- 1 opakowanie bezglutenowego ciasta francuskiego z firmy *Bezgluten* lub $\frac{1}{2}$ opakowania bezglutenowego ciasta francuskiego z firmy *Balviten*
- 8 cienkich bezglutenowych parówek
- 1 jajko
- *opcjonalnie: 8 plasterków żółtego sera i/lub szynki oraz sezam lub słonecznik do posypania*

Wykonanie:

- piekarnik nagrzać do temperatury 220°C
- roztrzepać w filiżance jajko
- każdy płac ciasta francuskiego pokroić (w szerz) tworząc cztery równe paski, a następnie każdy z pasków delikatnie rozwałkować
- *każdą z parówek owinąć plasterem sera i/lub szynki*
- następnie każdą parówkę owinąć ciastem i delikatnie naciąć ciasto w szerz (3 - 4 paski)
- przygotowane parówki w cieście położyć na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia i delikatnie posmarować (przy pomocy pędzelka) jajkiem
- *posypać sezamem lub słonecznikiem*
- piec w nagrzanym piekarniku przez około 15 - 20 minut

www.DietaBezglutenowa.pl