

# Langalló glutén- és laktózmentesen

Elkészítési idő: 110 perc

Nehézségi szint: Könnyű

## Hozzávalók 8 adaghoz

- 300 g Naturbit kemencés lisztkeverék
- 1 csipet só
- 4 g porélesztő
- 2 ½ dl víz
- 1 evőkanál olaj
- 150 g laktózmentes tejföl
- 100 g bacon
- 1 fej lilahagyma



## Elkészítés

1. A lisztet egy tálba tesszük a sóval, és elkeverjük.
2. Hozzáadjuk az élesztőt, azzal is elkeverjük.
3. Végül kidolgozzuk a vízzel, majd olajjal.
4. Egy sütőpapírral kibélt tepsibe öntjük, és meleg helyen kelesztjük.
5. 180 °C fokon kb. 10 percig sütjük, majd rátesszük a kikevert tejfölt, rákarikázzuk a hagymát, és az apróra vágott bacont is rátesszük.
6. Majd készre sütjük kb. 20-25 perc alatt.

## 1 adag tápértéke

Energia	273 kcal /1147 kJ
Fehérje	14,6 g
Zsír	9,9 g
- amelyből telített zsírsavak	4,3 g
Szénhidrát	29,7 g
- amelyből cukrok	2,9 g
Rost	1,0 g

A felhasznált termékeket keresse a Hunorganic Kft. webáruházában!

## Elérhetőségünk

Hunorganic Kft. • [www.hunorganic.com](http://www.hunorganic.com) • tel.: +36 (30) 533 9271 • [contact@hunorganic.com](mailto:contact@hunorganic.com)