
231. "Bułki z suszonymi pomidorami i bazylią" / "Bread rolls with dried tomatoes and basil"

Dziś w Atelier Smaku chrupiące bezglutenowe bułeczki. Dzięki suszonym pomidorom i bazylii są prostu pyszne. Dodatkowo proste w wykonaniu! Produktów do pieczenia, gotowania oraz gotowych rozwiązań szukajcie w [Incola](#). Polecamy, smacznego i na zdrowie!

Today, the Atelier of Taste has some crispy, gluten-free rolls for you. Thanks to the dried tomatoes and basil, they're simply delicious. What's more, they're easy to make. You'll find the ingredients for baking and cooking as well as ready-made solutions in [Incola](#). We do recommend it! Enjoy it! It's good for you!

Czas / Time: 1,5 godziny / 1.5 hours

Ilość / Amount: 5 do 10 sztuk (w zależności od wielkości bułeczek) / 5 to 10 rolls (depending on the size)

Składniki / Ingredients:

- 10 dag mąki jaglanej / 100 g millet flour
- 100 g mąki gryczanej / 100 g buckwheat flour
- 50 g mąki kasztanowej / 50 g chestnut flour
- 50 g mąki kokosowej / 50 g coconut flour
- 7 dag suszonych pomidorów w oliwie / 70 g dried tomatoes in olive oil
- 1 łyżeczka suszonej bazylii / 1 teaspoon dried basil
- 1 łyżka mielonej łuski babki jajowatej / 1 tablespoons ground blond psyllium husk
- 1 łyżeczka suchych drożdży / 1 teaspoon dried yeast
- 1/2 łyżeczki soli / 1/2 teaspoon of salt
- 300 ml letniej wody / 300 ml lukewarm water

Sposób przygotowania / Instructions:

Wszystkie suche składniki łączymy ze sobą w misce, wlewamy wodę i dokładnie mieszamy. Suszone pomidory kroimy na drobno i dodajemy je do ciasta wraz z olejem, w którym były zanurzone. Dodajemy bazylię i wszystko razem dokładnie mieszamy i natłuszczonymi olejem rękami odrywamy po kawałku ciasta, formujemy kulki, które układamy na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia. Całość wstawiamy do piekarnika nastawionego na 40 °C, aby lekko wyrosły na ok. 30 minut. Następnie nastawiamy piekarnik na 180 °C z termoobiegiem i pieczemy je 35 minut. Takie bułeczki nigdy nie wyrosną nam jak pszenne i nie będą takie puchate, ale są za to smaczne i dużo bardziej pożywne. Smacznego i na zdrowie!

Put all the dry ingredients together in a bowl, add water and mix thoroughly. Add dried basil. Chop the dried tomatoes finely and add them to the dough together with the oil in which they were. Mix it all together thoroughly and tear bits of the dough with hands greased with oil. Form balls and put them on a baking tray lined with parchment paper. Put it all into an oven set at

40°C for about 30 minutes so that they rise a little. Then, set the oven at 180 °C with air circulation on and bake them for 35 minutes. Such bread rolls will never rise like wheat ones and they will not be as light and fluffy, but they are much more nourishing. Enjoy it! It's good for you! When you have no time to cook, visit our shop for other dishes: <https://ateliersmaku.pl/sklep/>