

Piroger med Ratatouille

Piroger med Ratatouille

Piroger med Ratatouille – Matiga goda piroger med ratatouille fyllning. Fria från gluten, mejerier och socker. Det här är inget recept för dig som har bråttom – det tar lite tid, det är lite kladdigt och trixigt, men väl värt det om man har tiden.

6-8 st

Ingredienser deg

5 dl [mandelmjöl](#) + ca 1 dl till utbakning

2 msk fiberhusk

4 ägg + 1 äggula till pensling

2 msk kokosolja

En nypa salt

Valfri torkade kryddor

Ratatouille

1 rödlök

3 vitlöksklyftor

1 st stor zucchini

400 g tomat

1 röd paprika

2 msk olivolja

Salt

Peppar

Valfria kryddor (dragon, timjan, persilja, basilika)

Gör så här

1. Blanda alla torra ingredienser till degen i en matberedare eller med elvisp
2. Tillsätt äggen ett och ett. Häll i kokosoljan och mixa
3. Låt degen stå i kylen i ca 30 minuter medan du gör fyllningarna.

4. **Fyllning:** Skala och hacka rödlöken och vitlöksklyftorna.
5. Grovhacka auberginen, tomat zucchinin och paprikan (urkärnad).
6. Fräs löken och vitlöken i hälften av olivoljan
7. Tillsätt zucchini, aubergine, paprika och stek ytterligare 10 minuter.
8. Tillsätt tomater och kryddor och koka på svag värme ca 40 minuter.
9. Sätt ugnen på 200 grader och ta ut degen ur kylan
10. Dela degen i 6-8 stora bitar och forma till bollar
11. Häll ut mandelmjöl på ett bakbord och tryck till bollarna (detta för att degen inte ska vara så kladdig och fastna lika lätt i bakplåtspapperet)
12. Lägg bollarna på ett bakplåtspapper och en över bollarna.
13. Tryck till, vik över bakplåtspapper och kavla ut degen mellan pappret så att den inte fastnar på kaveln
14. När den är lagom tunn lägger du fyllningen i mitten
15. Vik över andra halvan av degen med pappret, vik in kanterna och tryck till kanterna ordentligt med en gaffel
16. Pensla med äggula och grädda i ugnen i ca 15 minuter eller tills de är gyllene