

IWONA WIERZBICKA

DOMOWY FAST FOOD

BEZ GLUTENU

23 PRZEPISY



Copyright © Iwona Wierzbicka 2022

Tytuł: *Domowy fast food bez glutenu. 23 przepisy*

Autor: Iwona Wierzbicka

Redakcja i korekta: Marta Mandżak-Matusek

Zdjęcia: pl.depositphotos.com

ISBN: 978-83-963586-3-9

e-mail: sklep@ajwendieta.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone. Kopiowanie w urządzeniach przetwarzania danych, odtwarzanie w jakiegokolwiek formie oraz wykorzystywanie w wystąpieniach publicznych tylko za wyjątkowym zezwoleniem właściciela praw autorskich.

Wydanie I

Opole 2022

SPIS TREŚCI

O AUTORCE	4
BURGERY W PORTOBELLO	5
BURGERY WOŁOWE	6
BURGERY GRYZANE	7
HOT DOGI KETOGENICZNE	8
MINI HOT DOGI	9
FRYTKI Z MARCHEWKI	10
FRYTKI Z PIETRUSZKI	11
FRYTKI Z BATATÓW Z PRZYPRAWAMI	12
FRYTKI Z DYNI	13
PIZZA GRYZANA	14
PIZZA NA SPODZIE WARZYWNYM	16
KEBAB WIEPRZOWY Z SZASZŁYKAMI WARZYWNymi	18
BEZGLUTENOWA TORTILLA	20
TORTILLA KUKURYDZIANA	21
„WRAPY” Z SAŁATY Z KURCZAKIEM I AWOKADO	22
GYROS Z KURCZAKA Z WARZYWAMI	23
UDKA KURCZAKA W SOSIE MIODOWO-MUSZTARDOWYM	24
PIKANTNE SKRZYDEŁKA KURCZAKA	25
CHIPSY Z JARMUŻU	26
CHIPSY Z TOPINAMBURU	27
CHIPSY Z BIAŁEJ RZODKWI	28
KSIĘŻYCE ZIEMNIACZANE	29
CHRUPIĄCE ZIEMNIACZKI	30