Składniki:

1 kg mąki gryczanej

0.5 mąki ziemniaczanej

2 ziemniaki ugotowane na twardo

2 dag świeżych drożdży

1 ząbek czosnku

Sól do smaku

4 łyżki oleju lnianego do ciasta

Olej do smarowania foremek

Kaszka kukurydziana do posypania foremek

Woda

