

Owsiane pancakes



Autor: **AnalizaSmaku**
Przepisów: 69 Ocena: 740

3-4 os. 30 min łatwe tanie



Składniki:

- 1,5 szklanki zmielonych na drobno płatków owsianych
- szklanka mleka
- jajko
- 2 łyżki oleju/oliwy/masła
- szczypta cynamonu
- łyżeczka miodu
- 2 płaskie łyżeczki proszku do pieczenia
- łyżka siemienia lnianego
- do podania: jogurt, owoce, bakalie, konfitury, czekolada itp.

Sposób przygotowania:

- 1 Do miski wlewamy mleko, olej, miód i wbijamy jajko. Wszystko dokładnie mieszamy. Następnie dosypujemy wszystkie suche składniki, czyli płatki owsiane, siemię, proszek do pieczenia i cynamon. Ponownie mieszamy do połączenia składników i odstawiamy na minimum 15 minut. W tym czasie płatki napęcznieją i masa mocno zgęstnieje.



- 2 Patelnię rozgrzewamy i na gorącą kładziemy po łyżce ciasta. Lekko rozplaszczamy i smażymy przez około 2 minuty na średnim ogniu. Placuszki powinny odrobinę urosnąć i powinny pojawić się na nich bąbelki. wtedy przewracamy je na drugą stronę i dopiekamy jeszcze przez minutę.

Przekładamy na talerz i podajemy tak jak lubimy.



Twoje notatki do przepisu: