

Recepty



Špaldové palačinky

Ingredience

špaldová mouka hladká: **150 g**

mléko: **250 ml**

vejce: **1 ks**

cukr: **1 PL**

sůl

olej

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zlatá střední cesta

V míse prošleháme mléko a vejce. Postupně přidáváme mouku, mícháme metličkou dohladka. Přidáme špetku soli a cukr, ještě jednou promícháme. Necháme asi 15 minut odpočinout. Rozehřátou pánev potřeme lehce olejem (můžeme použít i máslo). Naběračkou nalijeme potřebné množství těsta na pánev a...

Špaldové palačinky - recept

V míse prošleháme mléko a vejce. Postupně přidáváme mouku, mícháme metličkou dohladka. Přidáme špetku soli a cukr, ještě jednou promícháme. Necháme **asi 15 minut odpočinout**.

Rozehřátou pánev potřeme lehce olejem (můžeme použít i máslo). Naběračkou nalijeme potřebné množství těsta na pánev a rozlijeme ho po celé ploše. **Špaldové palačinky** potřeme domácím

džemem nebo podáváme s čerstvým ovocem a měkkým tvarohem.

Můžeme také vynechat cukr a naplnit palačinky naslano například žervé, spařeným a nakrájeným špenátem a uzeným plátkovým lososem.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí