



Cytrynowe pancakes z nasionami chia

Autor: najlepszewkuchni.pl

Śniadaniowe, mocno cytrynowe pancakes z nasionami chia to świetny sposób na dobre rozpoczęcie dnia. Placuszki można podawać ze świeżymi owocami, dżemem, miodem, syropem klonowym... Tak naprawdę wszystkim tym, co podpowie nam wyobraźnia.

Przygotowanie

Krok 1

W misce wymieszaj mąkę, proszek do pieczenia, skórkę z cytryny i nasiona chia.

Krok 2

W drugiej misce umieść jajka i cukier. Ucieraj razem przez minutę, a następnie dodaj sok z cytryny i suche składniki. Zmiksuj jedynie do połączenia. Odstaw na 10 minut.

Krok 3

Rozgrzej dużą, nieprzywierającą patelnię i delikatnie ją natłuść. Łyżką nabieraj masę i wylewaj ją na patelnię, formując placuszki. Smaż na małym ogniu pod przykryciem po około 2 minuty z każdej strony.

Krok 4

Pancakes przełóż na talerze i serwuj z ulubionymi dodatkami. Smacznego!

Wskazówki

Pancakes będą świetnie smakować także z serkiem homogenizowanym Rolmlecz truskawkowy lub mleczkiem UHT łaciate czekoladowym .

Danie: **Śniadanie,**

Osób: **4**

Czas: **Do 30 min**

Poziom trudności: **Łatwe**

Składniki:

1 i 2/3 szklanki mąki pszennej

190 ml mleka łaciate 3,2%

3 łyżki nasion chia

3 łyżki cukru

2 duże jajka

2 łyżeczki proszku do pieczenia

1 łyżka soku z cytryny

skórka starta z 1 sparzonej cytryny

sok z cytryny

olej do natłuszczenia patelni