

Placuszki gryczane



PATUNIA87



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

mąka gryczana	250 g
mąka razowa	150 g
jajko	2 szt
mleko kokosowe	350 ml
sól i pieprz	
Papryka słodka mielona Prymat	1 łyżeczka
Czosnek suszony Prymat	1 łyżeczk
olej rzepakowy	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Wszystkie składniki przekładam do miski. Dokładnie miksuję mikserem na wysokich obrotach--Tak by ciasto było konsystencji gęstej śmietany.

Na patelni rozgrzewam olej rzepakowy i za pomocą łyżki nakładam na patelnię porcję. Smażę na rumiano.

Po usmażeniu przekładam na ręcznik papierowy by odsączyć nadmiar tłuszczu.

Podaję z sosem warzywnym, mięsny lub z jogurtem naturalnym.