

placuszki z kaszy jaglanej ze słonecznikiem



MONI0212



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

kasza jaglana	2 szkl ugotowanej
słonecznik łuskany	garść
jajko	2 szt
woda	200 ml
mąka pszenna	2 łyżki
mąka razowa	2 łyżki
sól do smaku	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Odmierzamy kaszę na szklanki i wsypujemy do miski. Dodajemy jaja
- KROK 2 Mąki , wodę oraz sól wsypujemy do kaszy
- KROK 3 Mieszamy razem i dodajemy słonecznik
- KROK 4 łączymy
- KROK 5 Na rozgrzaną patelnię z odrobiną oliwy nakładamy placuszki i smażymy z 2 stron
- KROK 6 Podajemy z ulubionym dipem lub sosem