

Jablečné lívance (pancakes) z americké kuchařky



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 30min , Porce: 1

3425 kalorií , **30 g** cukrů , **246 g** tuků , **33 g** bílkovin

Autor: Angel 666

Odkaz: <https://srecepty.cz/jablecne-livance-pancakes-z-americke-kucharky>

Příprava

V misce prošleháme vejce s jogurtem, mlékem, medem a cukrem, přidáme mouku, smíchanou s kypřícím práškem, špetku soli a nakonec nahrubo nastrohaná jablka. Na oleji pečeme lívanečky.



Tip k receptu

Podáváme polité javorovým sirupem (u nás byl ochucený brusinkami) a můžeme zdobit šlehačkou.

Ingredience

- ✓ 2 vejce
- ✓ 1 bílý jogurt
- ✓ 1 šálek mléka
- ✓ 2 lžíce medu
- ✓ 2 lžíce hnědého cukru
- ✓ 2 šálky hladké mouky
- ✓ 2 lžičky kypřícího prášku do pečiva
- ✓ špetka soli
- ✓ 3 oloupaná jablka
- ✓ olej na smažení

Kategorie

Obyčejný den, Americká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Klasika, Rodina, Hlavní chod, Snídaně, Svačina

