

Palačinky s mákem



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 3

1481 kalorií , **2 g** cukrů , **70 g** tuků , **36 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/palacinky-s-makem>

Příprava

Z mouky, mléka, žloutků a soli vymícháme těstíčko. Nakonec přidáme mletý mák a necháme asi 30 minut odležet. Na pánvi vytřené olejem usmažíme palačinky. Potřeme je marmeládou nebo ochuceným tvarohem a stočíme. Dle chuti posypeme moučkovým cukrem.



Tip k receptu

Místo máku můžeme dát 2 lžíce jemně strouhané mrkve.

Ingredience

- ✓ 200 g polohrubé mouky
- ✓ 500 ml plnotučného mléka
- ✓ 1 lžíce máku
- ✓ špetka soli
- ✓ 2 žloutky
- ✓ 50 ml slunečnicového oleje

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Jídlo na každý den, Rodina, Svačinka

