

Palačinky z ovesných vloček



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 5min
Celkový čas: 10min , Porce: 2

725 kalorií , **3 g** cukrů , **19 g** tuků , **31 g** bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/palacinky-z-ovesnych-vlocek>

Příprava

Ovesné vločky rozmixujeme společně s mlékem, vejci, cukrem a solí. Hladkou hmotu necháme chvíli odpočívat a pak dle potřeby přidáme mléko nebo vločky tak, aby vznikla mírně hustá hmota. Na středně rozpálenou pánvi nalijeme přiměřené množství těsta, rozprostřeme po celé ploše pánve a smažíme po obou stranách. Pokud použijeme teflonovou pánvi, můžeme smažit bez použití tuku. Palačinky můžeme servírovat s čerstvým ovocem, oříšky, našlehaným tvarohem případně marmeládou či čokoládovou polevou.

Ingredience

- 150 g ovesných vloček
- 2 vejce
- 200 ml mléka
- 1 lžička hroznového cukru
- špetka soli

Kategorie

Snídaně

