

Bezglutenowe pancakes

Czas przygotowania: 45 minut

Liczba porcji: 30 sztuk

Składniki

- 1 szklanka mąki kukurydzianej
- ½ szklanki mąki ziemniaczanej
- 1 szklanka mleka roślinnego (u mnie sojowe)
- 3 jajka
- 2 łyżki oleju rzepakowego
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia (opcjonalnie)

Wykonanie

1. Oddzielamy białka od żółtek i ubijamy białka na sztywną pianę.
2. Do żółtek dodajemy mąkę kukurydzianą, ziemniaczaną, mleko, olej i opcjonalnie proszek do pieczenia. Dokładnie mieszamy mikserem. Ciasto powinno mieć konsystencję śmietany.
3. Następnie do ciasta dodajemy ubite białka i delikatnie mieszamy łyżką.
4. Rozgrzewamy dobrze patelnię, zmniejszamy gaz na średni poziom i nakładamy łyżką pancakes. Smażymy do zarumienienia, następnie obracamy i ponownie smażymy (około 1 – 1,5 minuty każda strona).

Smacznego!

Wskazówki

- Jeśli smażyć beztłuszczowo, to i tak pierwsze placuszki smażyć na oleju.
- Nie róbcie jednorazowo za dużo ciasta, bo z czasem białka opadają i pancakes nie są już tak puszyste.