

Špenátové palacinky z bezlepkovej múky

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 30 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Do preosiatej múky v miske pridáme sódu bikarbónu, soľ, korenie a vajíčko. Namixujeme 300 ml čerstvého špenátu, ktorý primiešame do múky. Dochutíme koreninami. Zmes necháme postáť asi 10 minút a znovu premiešame. Palacinky pečieme na rozpálenej panvici. Hotové palacinky plníme syrom.

Ingrediencie

- **TEKOVSKÝ SALÁMOVÝ SYR** plátky údené/neúdené **100 g** - 200 g
- **Olej slnečnicový** - 15 g
- **Vajcia** - 50 g
- **Mleté čierne korenie** - 3 g
- **Špenátové listy** - 300 g
- **Sóda bikarbóna 15 g** - 5 g
- **Kurkuma mletá** - 5 g
- **Pohánková múka hladká 500 g** - 150 g
- **Solčanka so zníženým obsahom sodíka 200 g** - 5 g
- **Kukuričná múka hladká 500 g** - 100 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

