

## **Placki z jabłkami**

### **Składniki**

*około 6 szt. o średnicy 8 cm*

100 ml mleka krowiego lub roślinnego (można zastąpić wodą)

50 ml wody

100 g mąki owsianej

100 g jabłka (zmiksowanego na gładką masę lub startego na tarce o drobnych oczkach)

1 jajko

20 g wiórków kokosowych

ew. 1 łyżeczka cynamonu (jeśli lubicie)

1 duże jabłko\* pokrojone w kostkę

### **Wykonanie**

1. Składniki dokładnie wymieszać\*\*, na końcu dodając jabłko pokrojone w kostkę (wtedy wygodniej się miesza).
2. Smażyć placki o grubości ok. 1 cm na suchej, dobrze rozgrzanej patelni\*\*\*. Smażyć na małym ogniu, żeby placki się nie spaliły, a jabłko zdążyło uprażyć.
3. Podawać na świeżo.

### **Wskazówki**

\* wybierzcie jabłka słodkie i kruche (np. Lobo, Celesta albo późny Piros) - dzięki temu jabłko zdąży się ładnie uprażyć i rozpaść w plackach, a one same staną się słodsze

\*\* jeśli chcecie, żeby placki były bardziej puszyste, ubijcie jajko (lub samo białko) na puszystą masę i w takiej postaci dodajcie do ciasta; w tym samym celu możecie dodać nieco sody oczyszczonej, ale my staramy się jej używać jak najrzadziej, bo mimo tego, że podobno jest mało toksyczna, pozostaje składnikiem produkowanym w procesie przemysłowym

\*\*\* my używamy patelni granitowej (znanej też pod nazwą mineralnej), ale jeśli macie patelnię bez powłoki nieprzywierającej (np. patelnię żeliwną), to nasmarujcie ją lekko masłem klarowanym przed usmażeniem pierwszych placków (natłuszczoną patelnię należy naprawdę dobrze rozgrzać, żeby placki nie przywarły); pamiętajcie jednak, że smażenie na tłuszczu nie jest aż tak zdrowe, jak bez niego