

Placki jogurtowe

Składniki

na około 15 sztuk

2 średnie jabłka (ok. 350 g)

2 jajka (1)

200 g jogurtu naturalnego

200 g mąki owsianej (2)

Wykonanie

1. Jabłko zmixować na gładką masę.
2. Dodać pozostałe składniki i dokładnie zmixować.
3. Smażyć na suchej patelni (najlepiej żeliwnej). Placki mają być rumiane z obydwu stron.

Wykonanie (Thermomix)

1. Jabłko zmixować na gładką masę (10 sek., obr. 10).
2. Dodać jajka i jogurt i dokładnie zmixować (30 sek., obr. 10).
3. Dodać mąkę i wymieszać (10 sek., obr. 3).

Wskazówki

(1) **jajka**: warto zadbać o to, by jajko pochodziło z dobrego źródła (najlepiej od znajomej gospodyni, u której kury chodzą sobie "luzem" i karmione są tradycyjnie, a nie gotową paszą; jeśli jednak nie macie dostępu do takich jajek, poszukajcie takich z "0" na pieczęcie; żółtko jajka, zgodnie z nazwą, powinno być żółte, a nie pomarańczowe)

(2) **mąka owsiana**: można zrobić ją tanio i szybko, mieląc połączone otręby owsiane (ok. 50%) i płatki owsiane (ok. 50%), np. 50 g otrębów owsianych i 50 g płatków owsianych