



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés: **10 perc**



Elkészítés: **15 perc**



Répási Eszter



ALMÁS AMERIKAI PALACSINTA

Ha nehezen szánjuk rá magunkat a gyümölcsök fogyasztására, jó csel lehet, ha a süteményekbe csempésszük bele, még az ízük is finomabb lesz tőle!

HOZZÁVALÓK

2 alma

120 teljes kiőrlésű
tönkölybúza liszt

1 sütőpor
200 1,5 %-os tej

ALLERGÉNEK

tojás

- 1 A tojásokat megmossuk, majd a saágját és a fehérjét szétválasztjuk.
- 2 A tojások sárgáját habosra verjük, majd hozzáadjuk a tejet, a lisztet és a sütőport.
- 3 A tojásfehérjét kemény habbá verjük, és ezt is a tésztába keverjük.
- 4 Az almákat megmossuk, meghámozzuk és lereszeljük.
- 5 A reszelt almát szintén a tésztába forgatjuk, óvatosan, hogy ne törjük össze a habot.
- 6 Egy teflon serpenyőben egy teáskanálnyi olajat felforrósítunk.
- 7 A palacsinta tésztát merőkanállal a serpenyőbe adagoljuk, úgy hogy kisebb méretű, de vastagabb palacsintákat kapjunk.
- 8 A palacsinta mindkét oldalát süssük aranybarnára.
- 9 Még melegen fogyasszuk.



Töltse le további receptjeinket
az auchan.hu/receptek oldalról!

