

Jagodowe pancakes'y

Tak jak obiecałam na facebook'u chce w tym roku obdarować Was dużo ilością przepisów na pyszne śniadania, kolacje i desery dla dwojga

A tak właściwie to muszę Wam powiedzieć, że kiedyś przejadły mi się te HAMERYKAŃSKIE naleśniki. W Ameryce śniadanie wygląda całkowicie inaczej. Może dlatego też prognozy mówią, że już niedługo na otyłość będzie cierpiało aż 2/3 społeczeństwa w tym kraju.

Ale co mam na myśli mówiąc, że śniadania wyglądają inaczej...



Na śniadaniach w hotelu nie znajdziemy świeżego chleba, szynki czy pomidorów...

Zazwyczaj serwowane są gofry, obok stoi oczywiście bita śmietana, pancaks'y z toną syropu klonowego, bekon, czasem też

znajdziemy jajecznice, ale głównie królują tam “świeże” muffinki i słodkie bułeczki. Oczywiście gdy to widziałam każdego ranka miałam ochotę na gofra posmarowanego masłem orzechowym i dżemem, ale na dłuższą metę... chyba widzicie moje “efekty” na zdjęciach. Jednak od czasu do czasu np. w Walentynki nie zaszkodzi nam zjeść kilka słodkich pancakes’ów!
Także nie załamujcie się !

Nie ma to jak ponarzekać trochę na danie, które chce Wam przedstawić...
Tak jakoś sobie pomyślałam, że opowiem Wam troszkę o tych Amerykańskich zwyczajach...
Ale wróćmy do przepisu!

Jagodowe Pancakes’y Przelicznik kulinarny

Mleko	1 szklanka = 250g	1 łyżka = 15g
Mąka pszenna (biała)	1 szklanka = 150g - 170g	1 łyżka = 10g
Cukier	1 szklanka = 240g	1 łyżka = 14g

Składniki:

3/4 szklanki mleka
1 szklanka maki
3/4 szklanki, może być nawet 1/2 szklanki mrożonych lub świeżych jagód
2 małe łyżeczki proszku do pieczenia
2 łyżki roztopionego masła
1 jajko
3 łyżki cukru



Wykonanie:

Zaczynamy od lekkiego ubicia jajek najlepiej zrobić to ręczną ubijaczką.

Następnie dodajemy resztę składników OPRÓCZ jagód, które dodajemy

gdy masa jest gotowa.

Mieszamy delikatnie, nawet widelcem. Nie przejmujcie się grudkami!



Pancakes'y możemy smażyć bez tłuszczu, ale nie każda patelnia do tego się nadaje, dlatego polecam zwilżenie ręcznika papierowego i posmarowanie delikatnie patelni olejem. Smazymy z obu stron. Dobrą pomocą w smażeniu jest obserwowanie naszych naleśników jeśli pojawiają się tzw. bąbelki na górnej stronie wtedy obracamy je na drugą stronę.



Podawać je możecie wedle upodobań... z miodem i orzechami tak jak ja, z cukrem pudrem, z masełkiem czy z syropem klonowym.

TIP:

Jeśli szykujecie wcześniej pancakes'y i nie chcecie by były zimne przy podawaniu... Nastawcie piekarnik do 100°C i wkładajcie tam usmażone naleśniki.

SMACZNEGO !!!



