Zdrowe racuszki z jabłkiem, konfiturą i ziarenkami :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **desery, śniadanie**

Warto wiedzieć:

30 min | łatwy | 4 porcje

Składniki:

- Jabłko - 165 g
- Konfitura - 100 g
- Mąka owsiana - 60 g
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 60 g
- Jajka - 2 szt.
- Mleko - 150 ml
- Proszek do pieczenia - 1 łyżeczka
- Olej - 1 łyżka
- Ziarna słonecznika, dyni, sezamu - 40 g

Dodatkowe info:

To było pyszne! Podczas "smażenia" unosił się piękny, można powiedzieć typowy, "racuszkowy" zapach.
W przepisie użyłam dwóch rodzajów mąki i dodałam domową konfiturę, był również akcent "chrupiący", dzięki ziarenkom.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Jabłuszko obrać i zetrzeć na tarce. Dodać pozostałe składniki i mieszać do ich połączenia się.

KROK 2: Smażyć bez użycia tłuszczu, nakładając po jednej łyżce ciasta. Kiedy na wierzchu placuszków pojawią się pęcherzyki przewrócić na drugą stronę. Smażyć do zrumienienia. Smacznego :) Ja podawałam polane jogurtem naturalnym i posypane jagodami i ziarenkami :) Pycha!