





Bezglutenowy omlet jaglano - twarogowy


 stopaa

Polecane na: [ciasta](#), [desery](#), [jednogarnkowe](#), [śniadanie](#)

Warto wiedzieć:

 15 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

ugotowana kasza jaglana - 3 łyżka
mąka ryżowa - 3 łyżka
ser twarogowy - 3 łyżka
jajko - 1

miód - 1 łyżeczka
sól - szczypta
proszek do pieczenia - 1/2 łyżeczka
mleko - 1/2 szklanka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Łączymy wszystkie składniki, gdyby ciasto było zbyt gęste, to dodać odrobinę mleka. Smażymy na oliwie z oliwek na nagrzanej patelni na małym ogniu, przez ok 5 min z jednej i 3 minuty z drugiej strony.