Mini naleśniczki ze szpinakiem BLW

Dorota Rozbicka

Polecane na: **śniadanie**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

20 min

1 porcja

Składniki:

- mąka orkiszowa jasna - 1 szklanka
- jajko - 1 szt.
- mleko owsiane - 0,5 szklanka
- szpinak mrożony rozdrobniony - 100 g
- olej kokosowy - 1 łyżka
- woda - 0,5 szklanka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do mąki dodajemy olej, rozmrożony szpinak, mleko i wodę.
Jajko dolewamy do miski.
Wszystkie składniki miksujemy na gładkie ciasto.
Rozgrzewamy patelnię.
Wylewamy porcje ciasta na patelnię formując mini naleśniki.
Smażymy je z obu stron aż stracą surowość.