Naleśniki z mąki żytniej i jaglanej

Barbara Strużyna

Polecane na: **śniadanie**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

15 min | łatwy | 3 porcje

Składniki:

- jajka Bio - 3 szt.
- mąka żytnia typ 2000 Bio - 3 łyżka
- mąka jaglana B - 1 łyżka
- mleko - 1/3 szklanka
- oliwa z oliwek - trochę
- jogurt gęsty typ grecki - filiżanka
- mus truskawkowy - filiżanka
- sól - szczypta
- cukier - łyżeczka

Dodatkowe info:

Naleśniki możemy dekorować według uznania zarówno syropami jak i owocami (np z puszki).

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do wysokiego naczynia wbijamy jajka i szczyptę soli, ubijamy na puszystą pianę ręcznie lub mikserem. Następnie dodajemy mleko, mąkę żytnią i jaglaną, łyżkę oliwy i łyżeczkę cukru (opcjonalnie), ubijamy i odstawiamy na chwilę (jeżeli mamy czas).

KROK 2: Na rozgrzaną patelnię z kilkoma kroplami oliwy lub oleju wlewamy ciasto, tak aby wyszły nam cienkie naleśniki. Smażymy z obu stron. Następne naleśniki możemy już smażyć bez dodatku oleju (lub patelnię przetrzeć papierem zwilżonym w oleju).

KROK 3: Usmażony z obu stron naleśnik smarujemy jogurtem i dodajemy coś słodkiego (syrop z agawy, daktylowy, klonowy). Składamy lub zwijamy płaty naleśnika. Polewamy musem truskawkowym (zmiksowane truskawki z miodem lub cukrem przygotowane latem i zamrożone w małych pojemnikach).