

FIT CUKETOVÉ PLACIČKY

Suroviny:

300 g cukety
2 ks vejce M
80 g ovesné mouky nebo rozmixovaných ovesných vloček
volitelně česnek
1 lžička soli (3 g)
¼ lžičky pepře (0,5 g)
řepkový olej ve spreji na vystříkání pánve (2 ml)

Postup:

Umyjte a nastrouhejte cuketu, přidejte vejce a ovesnou mouku. Osolte a opeřete, můžete přidat prolisovaný česnek a nechejte 2 minut odstát. Rozpálenou pánev vystříkejte troškou oleje ve spreji, směs znovu dobře promíchejte a dávejte na pánvičku hromádky těsta (po 2 lžících na placku), které vytvarujte do pravidelného kulatého tvaru. Nebo použijte pánvičku na lívance. Placky pečeme z každé strany cca 3 minuty dozlatova.

Autor: Lada Fusková

