

Морковные блинчики



Ингредиенты:

- Средняя морковь 1 шт.
- Яйцо 1 шт.
- Мука пшеничная 1 ст. ложка
- Масло растительное 5 г.
- Сметана 10 г.
- Соль, сахар



Технология приготовления.

1. Вымытую морковь очистить от кожуры.
2. Натереть морковь на среднюю терку.



3. В миску с натертой морковью добавляем сырое яйцо, соль, сахар по вкусу. Перемешиваем.



4. К полученной смеси добавляем муку. Хорошо взбиваем.



5. На разогретой с маслом сковороде обжариваем с двух сторон, до румяной корочки, наши блинчики (форму блинчиков определяем по эстетическому вкусу)



6. Готовые блинчики, сметану выкладываем на порционную тарелку. *Если, Вы, заранее подумали с каким напитком (по вкусу) будете завтракать, то можно приступать.*

*П р и я т н о г о ,
а п п е т и т а .*



Помните, что морковь после термической обработки хорошо усваивается организмом, улучшает работу кишечника, укрепляет иммунную систему.



С рецептом данного блюда с Вами
поделились учащиеся 6 класса
МБОУ «Сватковская основная
общеобразовательная школа»
Сергиево Посадского г.о,
Московской области, с. Сватково.

Спасибо за внимание.

