

sezamové palačinky se zeleninou

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: Barča



Suroviny

Porce: 8

- vejce 2 ks
- mléko 1.5 hrnek
- sůl 1 špetka
- muškátový oříšek 1 špetka
- celozrnné mouky 1.5 hrnek
- sezam 4 lžíce
- sekaná pažitka 1 hrst
- cibule 2 ks
- mrkev 2 ks
- červená paprika 2 ks
- slunečnicový olej 1 ks
- sojové výhonky 1 hrnek
- vanička lučiny 1 ks
- citronová šťáva 1 ks

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 8

Postup:

vejce rozšleháme s mlékem, špetkou soli a muškátovým oříškem. Za stálého šlehání pomalu přisypeme mouku. Do hladkého těsta vmícháme sezam a pažitku.

cibuli oloupeme a nakrájíme na tenké měsíčky. Mrkve oškrábeme a nastrouháme nahrubo, papriky očistíme a nakrájíme na jemné nudličky.

V hrnci rozežřejeme trochu oleje a necháme na něm zatáhnout cibuli, Přisypeme mrkev s paprikami. Vše dobře osolíme a orestujeme. Vmícháme výhonky a lučinu. Směs prohřejeme, dochutíme citronovou šťávou a odstavíme.

Z připraveného těsta upečeme na pánvi vytřené olejem asi 8 větších palačinek. Naplníme je zeleninou a podáváme-