Placki gryczane z jabłkami (bez glutenu, mleka, jajek, soi)

Placki są dobrym pomysłem na każdą porę dnia. Oczywiście najlepiej smakują na ciepło. Nasza propozycja – placki gryczane z jabłkami – są niezwykle proste w wykonaniu. Tych, którzy nie lubią gryki informujemy, że w tym połączeniu jest ona niewyczuwalna. Na pewno zasmakują również dzieciom.

Składniki (na ok. 20 placków):

- 1 szklanka mąki gryczanej
- 2 czubate łyżki mąki z tapioki
- 1 opakowanie cukru waniliowego
- szczypta soli
- ewentualnie cynamon
- 1 szklanka mleka kokosowego (o temperaturze pokojowej)
- 1/2 szklanki wody
- 2 średnie jabłka

Przygotowanie placków gryczanych z jabłkami:

Mąkę, sól i cukier waniliowy miksujemy z mlekiem kokosowym i wodą. Odstawiamy na ok. 15 minut. W międzyczasie przygotowujemy jabłka – obieramy i kroimy na cienkie plasterki lub słupki. Możemy też zetrzeć je na tarce o dużych oczkach. Dodajemy jabłka do ciasta, mieszamy i smażymy małe placki z niewielką ilością oleju lub bez tłuszczu (mleko kokosowe jest tłuste).
Smacznego!

Uwaga! Osoby chore na celiakię powinny używać produktów z certyfikatem bezglutenowym!



Placki gryczane z jabłkami

Polecamy także inne przepisy na naleśniki, gofry, placki i racuchy:

- Naleśniki bezglutenowe wegańskie
- Naleśniki jaglano – ryżowe
- Naleśniki z kremem karobowym
- Naleśniki owsiane z sorgo
- Naleśniki gryczane z serkiem żurawinowym
- Gofry bezglutenowe
- Racuchy drożdżowe bezglutenowe
- Placuszki z dyni i jabłek
- Placki ryżowe z jogurtem kozim
- Placuszki z quinoa i daktylami
- Placki ziemniaczane z sosem a'la tzatziki
- Placki z cukinii i ziemniaków



Placki gryczane z jabłkami