

---

## 31. "Naleśniki na słodko"

Dzisiaj przepis, o który proszono nas kilkakrotnie - najprawdopodobniej ze względu na dzieci, które uwielbiają naleśniki (zwłaszcza te na słodko). Być może, także ze względu na to, że trzeba trochę inaczej podejść do tematu w przypadku naleśników bezglutenowych. Jest to bardzo prosta receptura, jeśli jednak nie dodajemy mąki pszennej, która jest kleista, a także jajka, które także spaja ciasto, musimy dać coś w zamian. Etap eksperymentowania mamy już dawno za sobą, więc chętnie dzielimy się naszym przepisem, nie tylko z zagubionymi mamami, które właśnie dowiedziały się, że ich dziecko jest na diecie bezglutenowej, bezlaktozowej lub bezjajecznej, ale także z myślą o tych, którzy po prostu lubią wzbogacać swoją dietę o inne gatunki mąki. Oczywiście naleśniki te można podawać również na słono z różnymi pastami i warzywami. Wszystko oczywiście zależy od indywidualnych upodobań. Smacznego!

Czas przygotowania: ok. 30 minut

Ilość: ok. 10 sztuk

### Składniki

- 35 dag mąki gryczanej
- 25 dag mąki ziemniaczanej
- 10 dag zmielonego siemienia lnianego (6 łyżek)
- 600 ml wrzątku do siemienia lnianego
- woda do uzyskania konsystencji ciasta racuchowego
- 1/2 łyżeczki soli
- 2 łyżki oleju
- krem czekoladowo-orzechowy
- konfitura malinowa
- owoce do dekoracji

### Sposób przygotowania

Zmielone siemię lniane zalewamy wrzątkiem, miksujemy i odstawiamy na bok do wystygnięcia. Gdy siemię przestygnie dodajemy sporą szczyptę soli, mąkę ziemniaczaną i mąkę gryczaną, 2 łyżki oleju i ponownie miksujemy na jednolitą masę. Dodajemy więcej wody, pamiętając, że ciasto ma mieć konsystencję lejącą, tak, aby rozpląwało się po rozgrzanej patelni. Nabieramy na łyżkę wazową ciasta, wylewamy na środku rozgrzanej teflonowej patelni i rozprowadzamy okrężnym ruchem płaską, drewnianą łopatką lub łyżką, którą nalewaliśmy ciasto. Gotowe naleśniki podajemy z kremem czekoladowo-orzechowym lub konfiturą i owocami.