

Tefal

Recepty pro milovníky palačinek





JAHODOVO-BANÁNOVÉ PALAČINKOVÉ ŠPÍZY

INGREDIENCE:

| | |
|--------------------------|--------------------------|
| 10 g másla | 2 lžičky cukru |
| 160 g mouky | 200 ml polotučného mléka |
| 1 sáček prášku do pečiva | 1 banán |
| 1 špetka soli | 200 g jahod |
| 2 vejce | 20 špejlí |

POSTUP:

1. Při pečení na plechu a/nebo v troubě nezapomeňte odstranit rukojeť Ingenio.
2. Máslo rozpustíte v mikrovlnné troubě nebo na pánvi na mírném ohni.
3. Do mísy nasypete mouku, prášek do pečiva a sůl. Uprostřed vytvořte důlek a rozklepnete do něj vejce.
4. Opatrně promíchejte metličkou, aby se nevytvořily hrudky. Poté vmíchejte máslo a nakonec cukr.
5. Postupně do směsi přidávejte mléko a ujistěte se, že je dobře zapracováno, než přidáte další.
6. Rozehřejte pánev na palačinky a počkejte, dokud Thermo-Signal neindikuje správné nahřátí pánvičky. Nalijte těsto na pánvičku. Když se na povrchu palačinek začnou objevovat bubliny, otočte je.
7. Nakrájejte banán a jahody na plátky.
8. Jakmile jsou palačinky hotové, vytvořte špízy tak, že na ně položíte palačinku, plátek banánu, palačinku a plátek jahody. V závislosti na velikosti použitých tyčinek můžete udělat asi dvacet špízů, pokud vám zbude nějaké těsto, můžete palačinky udělat následující den.

Tip: Špízy můžeme posypat moučkovým cukrem nebo polít několika kapkami javorového sirupu.



Lívanečnick Tefal
Pancake time
D5292072





SLANÉ CHŘESTOVÉ PALAČINKY

INGREDIENCE:

8 zelených chřestů,
oloupaných
500 ml mléka
3 vejce
200 g mouky
1 lžice cukru
1 lžička soli

1 kostka másla

Na ozdobu:

4 vejce
40 g strouhaného sýra (čedar,
Gruyère atd.)

POSTUP:

1. U chřestu odstraňte špičky a zbytek nakrájejte na kousky. V hrnci rozpustěte máslo a kousky chřestu na něm opečte. Přilijte mléko a na mírném ohni vařte 5 minut, dokud chřest nezměkne.
2. Rozmixujte vše na hladkou směs a nechte vychladnout (v případě potřeby sceďte). V míse rozšlehejte vejce s polovinou chřestového mléka. Za stálého míchání přidejte mouku, cukr a sůl. Vmíchejte zbývající mléko.
3. Rozehřejte pánev na středním plameni a počkejte, dokud Thermo-Signal zcela nezčervená.
4. Naberte těsto na pánev a rozetřete ho. Připravujte 1 minutu a poté palačinku obráčkem obraťte. Vařte ještě asi 1 minutu. Odložte stranou na talíř.
5. Na ozdobu palačinek: zelené špičky chřestu blanšírujte 2 minuty v hrnci s vroucí osolenou vodou. Usmažte volská oka a posypte je sýrem. Na každou palačinku dejte vejce a špičky chřestu.

Tip: Můžete také přidat proužky uzeného pstruha a trochu smetany.



VEGANSKÉ MATCHA PALAČINKY

INGREDIENCE:

80 g kukuřičné mouky
240 ml vlažné vody
250 g hladké mouky
2 lžičce hroznového oleje
2 lžičce cukru
1 špetka soli
15 g práškového čaje matcha
500 ml sójového mléka

Zálivka:
240 g studeného rostlinného jogurtu
200 ml studené kokosové smetany
2 lžičce moučkového cukru
6 kiwi
1 granátové jablko
Kokosový prášek

POSTUP:

1. Pomocí metličky smíchejte kukuřičnou mouku s vodou.
2. Přidejte mouku, olej, cukr, sůl a zelený čaj matcha.
3. Postupně vmíchejte rostlinné mléko.
4. Uvařte palačinky: Na rozpálenou pánev nalijte naběračku těsta a smažte 1 minutu, 30 sekund z každé strany.
5. Připravte polevu: Připravte šlehačku vyšleháním jogurtu a kokosového krému s moučkovým cukrem. Kiwi oloupejte a nakrájejte na malé kostičky. Z granátového jablka odstraňte semínka.
6. Palačinky podávejte se lžící šlehačky a ozdobte kiwi a semínky granátového jablka. Posypte trochou strouhaného kokosu.

Tip: Pokud je palačinkové těsto hrudkovité, přelijte ho přes cedník.



ČOKOLÁDOVO-BANÁNOVÁ PALAČINKA

INGREDIENCE:

| | |
|----------------------------|---------------|
| 180 g mouky | 380 ml mléka |
| 2,5 lžíce cukru | 75 g másla |
| 1,5 lžíce kakaového prášku | 2 špetky soli |
| 3 vejce | |

POSTUP:

1. Při vaření na sporáku a/nebo v troubě nezapomeňte odstranit rukojeť Ingenio.
2. V míse smíchejte mouku, cukr a kakaový prášek. Přidejte vejce a poté postupně mléko.
3. Míchejte, dokud těsto nebude hladké.
4. Přidejte rozpuštěné máslo, sůl a dobře promíchejte.
5. Rozehřejte palačinkovou pánev a počkejte, dokud se Thermo-Signal zcela nezbarví do červena. Nalijte dávku těsta. Připravujte 1 a půl minuty z každé strany.
6. Ihned podávejte. Pro ještě chutnější výsledek můžete přidat plátky banánu a čokoládovou polevu!



Pánev na palačinky
Tefal Unlimited
G2553872





LÍVANCE S RICOTTOU A SEZÓNNÍM OVOCEM

INGREDIENCE:

2 vejce

250 g ricotty

125 ml mléka

90 g mouky

1 vrchovatá lžička prášku do
pečiva

Sůl

2 lžíce stolního oleje

Sezónní ovoce

POSTUP:

1. Při pečení na plechu a/nebo v troubě nezapomeňte odstranit rukojeť Ingenio.
2. Oddělte bílky od žloutků. Bílky vyšlehejte do pěny.
3. Žloutky vyšlehejte s ricottou a mlékem. Postupně přidejte mouku, prášek do pečiva a špetku soli a vše spojíme.
4. Opatrně vmíchejte sníh z bílků. Těsto by mělo být mírně husté.
5. Rozehřejte pánev na palačinky a počkejte, dokud se tepelná signalizace nezmění na červenou barvu. Rozehřejte olej. Pomocí naběračky nalijte palačinkové těsto tak, abyste vytvořili středně velké palačinky. Vařte 2 minuty z každé strany.
6. Podávejte se sezónním čerstvým ovocem.

Tip: Lívance podávejte s javorovým sirupem a ovocem. Můžete vytvořit i slané recepty, například s crème fraiche, uzeným lososem a pažitkou.



ŠPENÁTOVÉ PALAČINKY S RESTOVANOU ZELENINOU

INGREDIENCE:

2 cm čerstvého zázvoru
100 g špenátových listů
200 ml mléka
1 velké vejce
Sůl, pepř
80 g mouky
100 g cibule
3 stroužky česneku

120 g žampionů
150 g žluté papriky
100 g čerstvé kadeřavé petrželky
1 lžíce stolního oleje
250 g cherry rajčátek
90 g strouhaného sýra (čedar nebo gruyere)

POSTUP:

1. Při pečení na plechu a/nebo v troubě nezapomeňte odstranit rukojeť Ingenio.
2. Olupejte a nahrubo nakrájejte zázvor. Špenátové listy opláchněte.
3. V ručním nebo standardním mixéru rozmixujte špenát, zázvor, mléko a vejce na hladké těsto. Lehce osolte a opepřete.
4. Mouku nasypete do mísy a uprostřed udělejte důlek. Metličkou postupně přidávejte směs špenátu, mléka a vaječ, dokud nebude těsto rovnoměrné a téměř hladké. Nechte ho alespoň 30 minut odpočívat na chladném místě, aby se dalo lehce zpracovat.
5. Rozehřejte pánev na palačinky a počkejte, dokud se tepelný signál nezmění na zcela sytě červenou barvu. Nalijte do ní naběračku těsta. Pohybuje pánví na palačinky, aby se těsto rozprostřelo po celém jejím povrchu. Než palačinku obrátíte, nechte ji asi 2 minuty péct. Před vyjmutím z pánve počkejte 1 minutu. Postup opakujte, dokud nezbude žádné další těsto.
6. Cibuli a česnek oloupejte a nakrájejte nadrobno. Žampiony omyjte a nakrájejte. Papriky před nakrájením opláchněte a odstraňte z nich semínka. Petrželku opláchněte a nasekejte.
7. Rozehřejte pánev a počkejte, dokud se tepelný signál zcela nezbarví do červena. Přidejte olej. Přidejte cibuli, houby a papriky. Vařte přibližně 10 minut.
8. Přidejte rozpůlená cherry rajčata a česnek. Vařte další 3 minuty a poté sporák vypněte. Přidejte petrželku, sůl a pepř a promíchejte.
9. Zeleninu nechte na pánvi a vedle ní položte palačinky k podávání. Na stůl položte misku se sýrem a nechte každého hosta, ať si udělá vlastní palačinku!

Tip: Palačinky můžete ozdobit špenátem a ricottou a srolovat je do ruličky.



Zobrazit aktuální
nabídky



Tefal

tefal.cz

 tefalcz

 tefalcz