HerZechef 👆



PLATOS PRINCIPALES · VEGETARIANO

Espaguetis de pancake

2 raciones 409 kcal

Ingredientes

- **200ml** de leche
- **150 gr** de harina de trigo
- **1 cucharadita** de impulsor
- **1 cucharada** de azúcar
- **1** huevo
- **1 cucharadita** de esencia de vainilla
- **1 pizca** de sal

POR RACIÓN

Proteínas	**14 g**
Grasas	**6,9 g**
Hidratos	**70 g**
Fibra	**2,1 g**

Elaboración

1. En un vaso batidor, meter un huevo entero, la leche, la harina de trigo, una cucharadita de impulsor, una cucharada de azúcar, un chorrito de esencia de vainilla y un poco de sal
2. Batir con la batidora hasta obtener una masa sin grumos
3. Meter la masa en un dosificador
4. En una sartén antiadherente o con un poco de mantequilla, hacer líneas de masa
5. Cuando salgan las burbujitas, retirar las líneas de masa y hacer otras nuevas
6. Repetir el proceso hasta tener un buen plato de espaguetis de pancake
7. Añadir un buen chorro de sirope o miel por encima

Hecho con CookNest



Todas las recetas de HerZechef 👆
cooknest.app/@locuraalgusto · Instagram @locuraalgusto