

ZUCCHINI PANCAKES / ZUCCHINI PUFFER



Κατηγορία: Χορτοφάγος
κύρια μαθήματα

Δημιουργήθηκε στις
2017-08-22
Εγκρίθηκε από Supercook DE
Προτάθηκε από
bosquesnegros
Ο συνολικός χρόνος
προετοιμασίας: 01:12 Λεπτά

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ 4 ΔΟΣΕΙΣ

2-3 Κομμάτι	Κολοκύθι
120 Γραμμάρια	Flour, spelt or wheat
6 Κουτάλι σούπας	Κρέμα γάλακτος
6 Κουτάλι σούπας	Γάλα
2 Κομμάτι	αυγά
1 Κουταλάκι γλυκού	Αλάτι
1 Πρέζα	Πιπέρι
3 Κουτάλι σούπας	sunflower seeds
3 Κουτάλι σούπας	Λάδι καρύδας

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΒΗΜΑ ΠΡΟΣ ΒΗΜΑ

Για να δείτε την πλήρη συνταγή, παρακαλώ [συνδεθείτε στο](#).