



PANKEJKI SZPINAKOWE Z ŁOSOSIEM

czas przygotowania
20 MIN.

liczba porcji
2

poziom trudności
ŚREDNI

SKŁADNIKI:

MOWI SIGNATURE
wędzony na zimno
o smaku INTENSYWNYM
– 1 opakowanie
ser bryndza – 100 g
granat – ½ sztuki (nasiona)
rozmaryn – 1 gałązka
(posiekany)
Ciasto na naleśniki
szpinak baby – kilkanaście
listków
mąka pszenna – 150 g
maślanka – 0,2 l

jajko – 1 sztuka
cukier – 1 łyżka
proszek do pieczenia
– 1 łyżeczka
olej – 1 łyżka
Dressing
pasta sezamowa tahini
– 1 łyżka
cytryna – ½ sztuki (sok)
czosnek – 1 ząbek (posiekany)
woda ciepła – ½ kubka
czarnuszka – 1 łyżeczka



Pyszne, delikatne i pyszne pankejkę, rodem z Ameryki, a do tego zdrowy szpinak, łosoś, bryndza i granat? Trudno wyobrazić sobie ciekawsze śniadanie, kolację, lunch, czy o którejkolwiek porze dnia będziemy chcieli taki posiłek sobie przygotować. To norwesko-amerykańskie połączenie smaków nie może się nie udać. Proste, bo Amerykanie lubią prostą i nieskomplikowaną w przygotowaniu kuchnię oraz wyrafinowane jednocześnie, bo jakże inaczej niż wykwintnie może smakować łosoś MOWI?

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Wszystkie składniki na ciasto do panekjęw dokładnie miksujemy, podśpiewując pod nosem "zielono mi", bo taki właśnie kolor uzyska ciasto po dodaniu szpinaku. Prawda, że zielone pankejkę są znacznie ciekawsze w wyglądzie od zwykłych? I od razu tak jakoś bardziej ekologicznie wyglądają...
2. Następnie smażymy pankejkę na dobrze rozgrzanej patelni z dwóch stron. Jeśli chcemy przyspieszyć proces, możemy smażyć na 2 patelniach naraz. Jak mamy patelnię do panekjęw będzie nam łatwiej, ale na zwykłej też znakomicie wychodzą. Niezależnie więc od wariantu efekt będzie ten sam.
3. Teraz lekko zielonkawe pankejkę czekają grzecznie na resztę. A my już nie jesteśmy tacy zieloni w ich przygotowywaniu i następnym razem zrobimy je nie zaglądając nawet do przepisu...
4. Robimy dressing mieszając wszystkie składniki w swojej ulubionej misce. Pasta tahini naprawdę wybornie smakuje z cytryną, czoskiem i czarnuszką, o czym za chwilę będziemy się mogli przekonać.
5. Łososa dzielimy na mniejsze kawałki, pamiętając, że MOWI łosoś wędzony na zimno dzieli się doskonale, by łatwiej było się nim podzielić z innymi.
6. Pankejkę szpinakowe z łososem podajemy po 2-3 sztuki, nakładając na wierzch ser bryndza i łososa wędzonego.
7. Wszystko posypujemy pestkami granatu, rozmarynem i polewamy przygotowanym wcześniej dressingiem. Smacznego!

