



Clătite vegane umplute cu fructe

Clătite vegane cu băutură din migdale și fructe proaspete

8 porții  grad de dificultate redus  up to 40 Min.



Ingrediente:

Aluatul:

200 g făină
1 lingură zahăr
2 plicuri Zahăr Vanilinat Dr. Oetker
1 linguriță Praf de copt Dr. Oetker
1 praf sare
400 ml Băutură din migdale
3 linguri semințe de floarea soarelui
250 ml smântână vegetală

Umplutura:

150 g fructe de pădure amestec
1 plic Zahăr Vanilinat Dr. Oetker

Suplimentar:

50 ml ulei de măsline

1 Aluatul:

Făina, zahărul, zahărul vanilinat, praful de copt și sarea se amestecă într-un vas de mixare. Se adaugă treptat, puțin câte puțin băutura din migdale și se încorporează cu ajutorul unui tel sau cu mixerul cu paletele de batere acordând atenție să nu se formeze cocloașe. Se pune deoparte o lingură de smântână. Restul de smântână vegană și semințele de floarea soarelui se încorporează în aluat.

2 Prepararea:

Se încinge puțin ulei într-o tigaie teflonată (cu diametrul de circa 18 cm). Se toarnă un strat subțire de aluat în tigaie și prin mișcări circulare ale tigăii se distribuie uniform pe toată suprafața tigăii. Imediat ce marginile clătitei capătă o culoare maro-aurie, clătita se întoarce folosind o spatulă de clătite. Se coace și pe partea cealaltă. Înainte de a coace următoarea clătită se mai adaugă puțin ulei în tigaie. Din restul de aluat se coc în același mod alte 7 clătite. Înainte de a turna aluat în tigaie, acesta se amestecă.

③ Umplutura:

Fructele se aleg, se curăță, eventual se spală iar jumătate din ele se pasează. Piureul de fructe de pădure se amestecă cu zahărul vanilinat și cu 1 lingură de smântână vegetală.

Clătitele se ung cu puțin piure de fructe de pădure, se rulează și se taie în rundele cu grosimea de circa 3 cm. Acestea se garnisesc cu restul de fructe de pădure și cu sosul rămas.

Tip from the Test Kitchen

- În funcție de anotimp se pot folosi și alte fructe pentru umplutură, ca de exemplu caise.