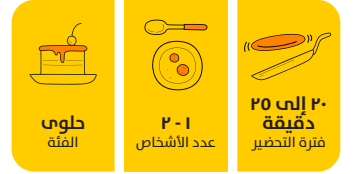


بانكيك رقائق القمح بالمذاق الأصلي من فوشية

البانكيك تحتوي على القمح الكامل إضافةً إلى الرقائق والحلويات. هي وجبة فطور لذيذة تتضمّن فوائد غذائية كثيرة لتعطيك حيوية لتبدأ يومك بنشاط.



المكونات



- ١ كوب رقائق قمح المذاق الأصلي من فوشية (مع إضافات حسب الرغبة)
- ١ كوب من القمح
- ١ ملعقة كبيرة من السكر
- ١ ملعقة صغيرة بايكنج باودر
- ٢/١ ملعقة صغيرة بايكنج صودا
- ٤/١ ملعقة صغيرة من الملح
- ١ كوب من الحليب
- ٢/١ كوب من الزبادي
- ١ بيضة
- ٢ ملاعق كبيرة من الزبدة الذائبة
- ١ ملعقة صغيرة من مستخلص الفانيليا
- الإضافات الرئيسية:
- ٢/١ كوب من رقائق القمح بالمذاق الأصلي
- الإضافات الاختيارية:
- ١ فراولة مقطعة إلى شرائح
- ٢ ملاعق صغيرة من العسل أو شراب القيقب

طريقة التحضير



١. امزج المكونات الجافة والرطبة: قم بخلط وخفق دقيق القمح، السكر، البايكنج باودر، البايكنج صودا، الملح، رقائق قمح المذاق الأصلي من فوشية، الحليب، الزبادي، البيض، الزبدة الذائبة، والفانيليا.
٢. الطهي: اسكب الخليط على مقلاة مدهونة بالزيت، وضع المزيد من رقائق القمح بالمذاق الأصلي على الوجه. قم بطهي الخليط حتى تتشكل فقاعات، ثم أقلبه.
٣. التقديم: زين بالعسل ومزيد من رقائق القمح بالمذاق الأصلي للحصول على قرمشة إضافية. استمتع!