

Clătite de Post – Fără lapte, fără ou – Senzaționale



Cum e să ai poftă de clătite și să nu știi rețeta de clătite de post? Ei bine, în această rețetă video de clătite îți arăt cum să le prepari pas cu pas.

Clătite de Post



Acestea sunt **clătite vegane**, de post, fără pic de lapte sau ou. O **rețetă extrem de simplă și delicioasă**. Pentru a le da culoare, folosesc puțin turmeric, iar pentru a le face pufoase, adaug apă minerală. Da, sunt clătite preparate cu apă minerală.

- 250 g făină de grâu
- 500 ml apă minerală (lapte vegetal, apă simplă)
- 50 ml ulei fl. soarelui
- 1/4 linguriță de sare
- un vârf de linguriță de turmeric, pentru culoare

Pregătirea Ingredientelor:

1. Începeți cu 250 grame de făină normală pentru pâine. Adăugați două pliculețe de zahăr vanilat (sau vanilinat) și un sfert de linguriță de sare. Adăugați un vârf de linguriță de turmeric pentru culoare.



2. Amestecați bine ingredientele uscate într-un bol încăpător.
3. Pentru 250 g de făină, folosiți 500 ml de apă minerală. Adăugați apa treptat, amestecând până când se încorporează complet și obțineți un aluat de clătite. Adăugați și 50 ml de ulei de floarea soarelui, continuând să amestecați până la omogenizare.
4. Încingeți o tigaie la foc mediu și adăugați puțin ulei. Folosiți aproximativ 100-150 grame (sau un polonic) de compoziție pentru fiecare clătită. Răspândiți aluatul în tigaie, dându-i o formă rotundă.



5. Prăjiți fiecare clătită până apar găuri pe suprafață, indicând că este timpul să o întoarceți. Folosiți un băț de frigăruie pentru a desprinde marginile și întoarceți clătita cu grijă. Clătita ar trebui să fie prăjită aproximativ un minut pe o parte și jumătate de minut pe cealaltă.
6. Continuați să prăjiți clătitele, adăugând ulei la nevoie. După ce sunt gata, le puteți servi cu dulceață sau gem după preferințe.



Note Adiționale:

1. Pentru proporțiile aluatului, rețineți regula de 100 g făină la 200 ml lichid. Puteți folosi diferite tipuri de lapte sau chiar apă simplă în loc de apă minerală. Dacă doriți să pregătiți mai multe clătite, doar dublați sau triplați cantitățile necesare.