



# Блины на безлактозном молоке АМ-АМ

4–5 блинов



## Ингредиенты

### Безлактозное молоко

200 мл

### Пшеничная мука

100 г

### Яйцо

1 шт.

### Сахар

½ ст. ложки

### Соль

щепотка

### Растительное масло

1 ст. ложка

## Приготовление

1. В миске взбейте яйцо с сахаром и солью.
2. Добавьте половину молока (100 мл) и постепенно всыпьте муку, размешивая до однородной массы.
3. Влейте оставшееся молоко (100 мл) и растительное масло. Консистенция теста должна быть жидкой, похожей на сливки.
4. Разогрейте сковороду и слегка смажьте её маслом.
5. Наливайте тесто тонким слоем и обжаривайте блины по 30–40 секунд с каждой стороны до золотистой корочки.

## Совет от АМ-АМ

Благодаря безлактозному молоку блины получаются особенно нежными, воздушными и легко усваиваются. Подавайте их с мёдом, ягодами, творогом, джемом или просто со сливочным маслом — вкус будет идеально сбалансирован.