

Receita do Mês

Panquecas

Rendimento: 6 pancakes



Ingredientes

- 1 chávena de leite m/g
- 1 chávena de farinha de trigo
- 1 ovo
- 1 pitada de sal

Preparação:

- 1 Numa tigela misture a farinha, o leite, o sal e o ovo com uma vara de arames, até obter uma massa homogénea.
- 2 Pincele com óleo uma frigideira antiaderente.
- 3 Leve a frigideira ao lume e adicione uma pequena porção da massa.
- 4 Assim que fizer bolhas à superfície, virar e cozinhar a pancake do outro lado.

Sirva a pancake com compota com canela ou simples, polvilhada com canela



Curiosidade...

Sabia que o pequeno-almoço é a refeição mais importante do dia? As crianças que não tomam pequeno-almoço apresentam menor rentabilidade escolar, com repercussão no seu aproveitamento (piores notas).