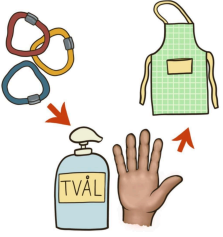






# Amerikanska pannkakor - 12 st

Redskap	Ingredienser
dl-mått msk-mått krm-mått spiralvisp bunke glas uppläggningsfat stekspade  stekpanna * plastflaska*	$\frac{3}{4}$ dl vetemjöl 1,5 strösocker 1 msk bakpulver 1 krm salt 2 $\frac{1}{2}$ dl mjölk eller växtbaserad dryck 75 gram smör 1 ägg  <b>att steka i:</b> flytande margarin

## Gör så här

	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Sätt upp långt hår.</li><li><input type="checkbox"/> Sätt på förkläde.</li><li><input type="checkbox"/> Tvätta händerna.</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Läs igenom hela receptet.</li><li><input type="checkbox"/> Fördela dagens arbete.</li></ul>
	<b>Häll i en bunke:</b> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> mjöl</li><li><input type="checkbox"/> bakpulver</li><li><input type="checkbox"/> salt</li><li><input type="checkbox"/> socker</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Blanda allt noga, med hjälp av vispen.</li></ul> <p>Det är viktigt att bakpulvret blandas med mjölet för att få ett jämnt resultat.</p>
	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Häll i mjölken.</li><li><input type="checkbox"/> Vispa till en slät smet.</li></ul> <p>På bilden är det havremjolk, det går bra med vilken sorts mjölk som helst.</p>

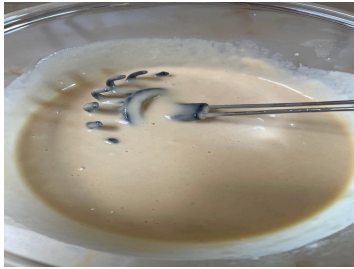


- Häll i margarinet.
- Vispa.



- Häll i ägget.
- Vispa till en slät smet.

Slät smet betyder att det inte ska finnas mjöklumpar i den.



Knäck ägget först i ett glas. Skulle ägget vara dåligt (luktar **jätteil**) så behöver du ju bara kasta just det ägget, inte hela smeten!



- Sätt plattan på 9.
- Sätt på en stekpanna och häll i lite flytande margarin.
- Vänta tills margarinet slutat bubbla.
- Vrid ner plattan till 6.



- ½ dl smet är lagom till en pannkaka.
- Hur många du får plats med beror på hur stor stekpanna du har.
- När det bildas stora bubblor på ovansidan är det dags att vända.



- Stek en kort stund på andra sidan.
- Behöver du justera värmen på plattan?
- Ha i lite nytt margarin.
- Vispa om i smeten (mjölet lägger sig på botten av bunken).
- Grädda nya pannkakor.



- Servera till exempel med bär, bananskivor eller lättsockrad sylt.

I USA har man gärna lönnssirap på sina pannkakor.

# TIPS!



Det går utmärkt att steka pannkakor utomhus!

Gör smeten hemma.

Håll upp den i en plastflaska\* och ta med den ut på utflykten!

Du kan steka i en gjutjärnspanna\* på grillen eller på en stekhäll.



- Diska och plocka undan efter dig.
- Du minns väl hur och när man diskar en stekpanna? (*torka ur med papper, diska sist!*)
- Har du varit ute på utflykt, ta med dig skräpet efter dig!

# OBS!

Om du inte kan äta

**mjölprodukter** - byt till mjölkfritt alternativ, tex havremjöl

Om du inte tål **gluten** - byt till tex bovetemjöl eller annan glutenfri mjölblandning.

Om du inte tål **ägg** - det funkar att skippa ägget i det här receptet!