Placki z dyni: wegański przepis na placuszki bez jajek

WYCHODZI **kilkanaście małych placuszków** | PRZYGOTOWANIE **15 min** | GOTOWANIE **20 min**

✂ *odetnij i weź do sklepu*

Lista zakupów

WARZYWA I OWOCE
- [ ] puree z dyni, ¼ szklanki

SUCHE
- [ ] mąka pszenna pełnoziarnista, ½ szklanki

Z LODÓWKI
- [ ] mleko sojowe, 250 ml

PRZYPRAWY
- [ ] cynamon
- [ ] imbir mielony
- [ ] gałka muszkatołowa

SPRAWDŹ W DOMU
- [ ] mąka pszenna, ½ szklanki
- [ ] olej, np. z pestek winogron, 30 ml (plus do smażenia)
- [ ] ocet
- [ ] soda oczyszczona
- [ ] sól

Składniki

- 1/2 szklanki mąki pszennej
- 1/2 szklanki mąki pszennej pełnoziarnistej
- 1 łyżeczka cynamonu
- 1/2 łyżeczki imbiru
- 1/4 łyżeczki gałki muszkatołowej
- 1/2 łyżeczki sody oczyszczonej
- 1/2 łyżeczki soli
- 1 szklanka mleka sojowego
- 1 łyżka octu
- 1/4 szklanki puree z dyni
- 2 łyżki oleju z pestek winogron lub innego
- olej do smażenia

Krok po kroku

1. **Zrób roślinną maślankę**
   Wlej ocet do mleka sojowego, wymieszaj i odstaw, aż mleko zetnie się na maślankę.
2. **Wymieszaj suche składniki**
   W dużej misce wymieszaj obie mąki z cynamonem, imbirem, gałką, sodą i solą.
3. **Zrób ciasto**
   Ścięte mleko wymieszaj z puree z dyni i olejem. Wsyp suche składniki i wymieszaj trzepaczką na gładkie ciasto.
4. **Nakładaj porcje ciasta**
   Rozgrzej na patelni łyżkę oleju i nakładaj łyżką nieduże porcje ciasta, w odstępach.
5. **Usmaż placki**
   Smaż na niezbyt dużym ogniu 2-3 minuty, aż spód się zarumieni, a na wierzchu pojawią się pęcherzyki. Przewróć szeroką łopatką i smaż jeszcze 1-2 minuty, na złoto.
6. **Smaż kolejne partie**
   Przed kolejną partią przetrzyj patelnię papierowym ręcznikiem albo dolej odrobinę oleju. Podawaj z syropem klonowym lub dżemem.

Aktualizacja: październik 2026 · © Vegezone

zeskanuj, otworzy się przepis