



**Ania Gotuje**  
Tylko najlepsze przepisy

## Placki dyniowe

Czas przygotowania: 35 minut

Liczba porcji: 10 placków o średnicy 10 cm


W 100 gramach placków:

Wartość energetyczna	226 kcal
Węglowodany	36 g
- W tym cukry	11 g
Białko	6 g
Tłuszcze	6 g

Dieta: wegetariańska

### Składniki

<input type="radio"/> dynia pieczona lub gotowana - pulpa	250 g
<input type="radio"/> mąka pszenna tortowa	160 g - 1 szklanka
<input type="radio"/> cukier drobny	50 g
<input type="radio"/> duże jajka	2 sztuki
<input type="radio"/> proszek do pieczenia	pół łyżeczki
<input type="radio"/> masło klarowane do smażenia	20 g

 Ukryj zdjęcia

## Placki dyniowe

Dynię do placków można upiec nawet do 3 dni wcześniej i trzymać w lodówce, w szklanym pojemniku z zamknięciem. Warto kupić od razu większy kawałek dyni i upiec sobie zapas, który można wykorzystać potem do zrobienia ciasta z dyni lub np. ciastek, zupy, czy tarty z dyni. Najlepsza do tych placków będzie dynia Hokkaido o pięknie, intensywnym kolorze, zwartej i bogatej strukturze i orzechowym smaku. Tę dynię można piec i miksować ze skórką. Sprawdzi się też dynia prowansalska Muscat de Provence oraz dynia piżmowa, ale będą nieco "rzadsze" po upieczeniu.



### ▼ Krok 1: Upiecz dynię

Dynia pieczona: Miałam już wcześniej upieczoną i zmiksowaną dynię (trzymana w szklanym pojemniku lodówce). Jeśli jednak musisz najpierw upiec swoją dynię, to w pierwszej kolejności dynię umyj, pokrój, wydrąż z nasion i obierz ze skóry. Jeśli masz dynię Hokkaido (jak u mnie), to skóry nie obierasz, tylko pieczesz ją razem z miąższem, ponieważ jest jadalna. Dynię okrój na mniejsze kawałki wielkości około 5 cm. Kawałki dyni wyłóż na blaszkę z papierem do pieczenia i umieść na środkowej półce w piekarniku nagrzanym do 175 stopni (pieczenie góra/dół). Dynię piecz około 25-35 minut, do jej miękkości, a po lekkim przestudzeniu zmiksuj na gładko np. przy pomocy blendera ręcznego typu żyrafa.

Dynia gotowana: Kawałki dyni można też ugotować w garnku na niskiej mocy palnika, pod przykrywką z minimalną ilością wody. Po rozgotowaniu i zmiksowaniu ugotowanej dyni trzeba ją ponownie umieścić w garnku lub na patelni i mieszać na niskiej mocy palnika, by odparować jak najwięcej wody. Pulpa ma być gęsta. Do placków należy ją całkowicie przestudzić.

### ▼ Krok 2: Połącz dynię z żółtkami

Bardzo dokładnie oddziel białka od żółtek. Białka bez najmniejszych śladów żółtka umieść w osobnym, czystym i suchym naczyniu. Żółtka dodaj do miski ze zmiksowaną na gładką upieczoną dynią (250 gramów). Zarówno pulpa z dyni, jak i żółta mają mieć temperaturę pomieszczenia. Wymieszaj dynię z żółtkami.

### ▼ Krok 3: Dodaj mąkę i proszek do pieczenia

Do żółtek i dyni wsyp 160 gramów mąki pszennej tortowej wymieszanej z połową małej łyżeczki proszku do pieczenia. Całość dokładnie wymieszaj. Powinno Ci powstać gęste, jednolite ciasto.

*Porada:* Do ciasta można dodać szczyptę cynamonu lub też odrobinę aromatu waniliowego, czy też pomarańczowego.

### ▼ Krok 4: Dodaj ubite białka z cukrem

Do naczynia z białkami wsyp 50 gramów cukru drobnego. Całość od razu miksuj razem najpierw na niższych, a po chwili na najwyższych już obrotach. Najlepszy będzie do tego robot stojący, ponieważ miksowanie trwa przynajmniej kilka minut. Powinna powstać bardzo puszysta i lekka "chmurka bezowa". Cukier ma całkowicie rozpuścić się w białku. Taką pianę dodawaj w trzech partiach do miski z ciastem. Po każdej porcji mieszaj całość szpatułką. Na koniec otrzymasz ładnie napuszone ciasto, idealne do smażenia placków.

*Porada:* Do ciasta można też zetrzeć odrobinę skórki z cytryny, pomarańczy lub mandarynki.



### ▼ Krok 5: Usmaż placki i podawaj

Zaczynij nagrzewać patelnię. Ustaw średnią moc i poczekaj, aż ciepło rozprowdzi się równo po całej powierzchni użytkowej patelni. Na patelnię wyłóż trochę masła klarowanego lub oleju roślinnego do smażenia. Tłuszcz rozprowdź po całej patelni. Pozwól, by olej dobrze się nagrzał. Dzięki temu placki nie chłoną tłuszczu.

Przy pomocy dużej łyżki nakładaj porcje na placki i kładź na patelnię. Ciasto rozprowdź do średnicy około 10 cm. Po około 2-3 minutach ostrożnie przełóż każdy placek na drugą stronę, która potrzebuje zazwyczaj trochę mniej czasu na usmażenie. Placki dyniowe są gotowe do zdjęcia z patelni, gdy z obu stron są ładnie zarumienione i wyrośnięte. Jeśli rumienia się za szybko, to zmniejsz moc palnika. To jak długo będą się smażyć zależy do patelni i jej grubości oraz od ustawionej mocy palnika. Placki wyrastają jeszcze w trakcie smażenia, więc daj im trochę czasu na dosmażenie. W taki sposób usmaż je wszystkie.

Placki dyniowe podawaj np. z cukrem pudrem, bitą śmietaną, ulubionym dżemem lub świeżymi owocami albo syropem, czy miodem.

Smacznego.

**Dziękuję za wspólne gotowanie.**

Będzie mi miło jeżeli dodasz komentarz ze zdjęciem. Ania

