NALEŚNIKI Z MĄKI PEŁNOZIARNISTEJ Z OWOCAMI

**Składniki:**

* 1 szklanka mąki pełnoziarnistej
* 1 szklanka mleka (krowiego lub roślinnego)
* 1 jajko
* 1 łyżka miodu lub syropu klonowego
* 1 łyżeczka proszku do pieczenia
* Szczypta soli
* Masło lub olej do smażenia
* Świeże owoce (np. jagody, truskawki, banany)

**Przygotowanie:**

1. W misce wymieszaj mąkę, proszek do pieczenia i sól.
2. Dodaj mleko, jajko i miód, dokładnie wymieszaj, aż powstanie gładkie ciasto.
3. Na patelni rozgrzej masło lub olej.
4. Wylewaj porcje ciasta na patelnię, smaż naleśniki na złoty kolor z obu stron.
5. Podawaj z świeżymi owocami i dodatkowym miodem lub syropem klonowym.