



# Clătite de cartofi

Dificultate ușor

Timp de preparare 45 min.

Timp total 45 min.

Mărime porție 4 porții

## Ingrediente

- 1000 g cartofi, tăiați bucăți
- 150 g ceapă, tăiată jumătăți
- 1 lingură zeamă de lămâie
- 1 linguriță sare
- ¼ linguriță piper negru măcinat
- 20 g amidon de porumb
- 20 g fulgi de ovăz
- 1 ou
- ulei pentru prăjit

## Valori nutritive per 1 porție

Calorii 1818 kJ / 434 kcal

Proteine 8 g

Carbohidrați 49 g

Grăsimi 23 g

Fibre 4.1 g

## Preparare

1. Puneți cartofii, ceapa, zeama de lămâie, sarea, piperul negru, amidonul, fulgii de ovăz și oul în bolul de mixare și mărunțiți **12 sec./viteza 5**, ajutându-vă de spatulă.
2. Turnați uleiul pentru prăjit într-o tigaie, în strat subțire și înfierbântați-l. Puneți în uleiul încins câte 2 linguri cu vârf de compoziție pentru fiecare clătită și aplatizați cu lingura, pentru a-i da formă rotundă (Ø 10 cm). Prăjiți clătitele de cartofi pe ambele părți, până devin rumene și crocante. Puneți-le la scurs pe hârtie absorbantă. Serviți fierbinți

## Obiecte utile

plită, tigaie antiaderentă, paletă, hârtie absorbantă

---

## Recomandări & Sfaturi utile

- Un preparat tradițional german, servit cu o garnitură dulce sau sărată, în funcție de regiune.
- - Serviți cu sos de mere sau, pentru o variantă picantă, cu smântână sau brâncică de casă cu verdeață.
  - Folosiți cartofi noi. Dacă îi spălați foarte bine, nu e nevoie să îi curățați.
  - În funcție de soiul de cartofi pe care îi folosiți și de timpul în care lăsați compoziția să se odihnească înainte de a prăji, s-ar putea să fie nevoie să mai adăugați amidon și fulgi de ovăz, ori să înlăturați lichidul în exces din compoziție, cu o lingură.
- - **Clătite de cartofi și legume:** înlocuiți  $\frac{1}{3}$  din cantitatea de cartofi cu alte legume (ex. morcovi, gulie, conopidă, dovlecel etc.). Dublați cantitatea de amidon și fulgi de ovăz. Condimentați cu piper măcinat și serviți cu un dip de smântână și verdețuri.
- - Întrucât compoziția poate fi preparată în doar câteva secunde, e foarte ușor să repetați rețeta atunci când aveți nevoie de mai multe porții.