





Placuszki z kwiatami lilaka

 Skoter

Polecane na: [desery](#), [przystawki i przekąski](#), [śniadanie](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 25 min

 4 porcje

Składniki:

kwiaty lilaka - 1 szklanka
mąka - 1 szklanka
jajko - 1 szt.

kefir - 200 ml
proszek do pieczenia - 1/2 łyżeczka
olej - - trochę

Dodatkowe info:

Kwiaty lilaka mają właściwości lecznicze, działają przeciwzapalnie, oczyszczają krew, wspomagają regenerację organizmu.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Zebrać kwiaty lilaka (bzu) z czystych miejsc. Najlepiej z krzewów dzikich, nie modyfikowanych. Oberwać z kiści same kwiatki

KROK 2: Dodać pozostałe składniki i wymieszać.

KROK 3: Smażyć na rumiano na gorącym tłuszczu