



Сырники



Быстрый и полезный творожный завтрак с минимальным количеством муки.

Сырники — любимый завтрак многих, особенно детей.

Многие дети творог в сыром виде отказываются есть наотрез. Выход есть! Сырники по этому рецепту влюбят ваших детей в себя! Тесто делается **с минимальным количеством муки**. Также в тесто можно



добавить **изюм** или другие **полезные сухофрукты**.

Подаются сырники со сметаной или вареньем, сгущенкой.

На выходе получается 6 — 7 сырников средней величины.

Ингредиенты:

Тесто для сырников

Творог 5%	200 гр.
-----------	---------

Яйца	1 шт.
------	-------

Сахар	1 ст. л.
-------	----------

Мука	1.5 ст. л.
------	------------

Изюм	50 гр.
------	--------

Инструкция приготовления:



Берем творог 5% (желательно не выше жирности, иначе тесто может расплываться на сковороде и нужно будет добавлять больше муки) выкладываем в миску. Добавляем сахар, яйца и все тщательно перетираем ложкой.



Добавляем просеянную муку и изюм (изюм необходимо предварительно замочить в кипяченой воде на 5 минут, затем воду слить и немножко промокнуть бумажным полотенцем). Также необходимо все хорошенько перемешать.



Разогреваем сковородку, чуточку смазываем оливковым маслом. Мокрыми руками формируем сырники и выкладываем на сковородку. Огонь делаем минимальный. Обжариваем с обеих сторон.



При подаче можно присыпать сырники сахарной пудрой. подавать со сметаной, вареньем или сгущенкой.