

PANQUECA LEVE DA POLLY

INGREDIENTES

2 ovos

1 copo de farinha de trigo

1 copo de leite

1/2 copo de iogurte natural

1 pitada de sal

1 pitada de noz-moscada

1 poção de óleo ou azeite extra virgem, suficiente para preparar todas as panquecas

MODO DE PREPARO

Junte todos os ingredientes e misture bem, se preferir pode liquidificar tudo.

A massa fica bem líquida, na consistência de vitamina.

Pegue uma frigideira antiaderente com o fundo pequeno e pincele óleo por todo o interior da panela, coloque no fogo para aquecer.

Retire a panela e coloque uma concha com a quantidade que você preferir de massa no centro da panela e dê leves sacudidas para a massa se espalhar e ficar uniforme e volte para o fogo.

Quando a borda começar a se soltar está na hora de virar. Se não tiver habilidade de virar a panqueca, utilize uma espátula.

Deixe por mais alguns segundos e retire a panqueca.

Pincele novamente o óleo e sem voltar para o fogo coloque a massa novamente e repita o processo.

Sempre untar a panela com uma camada mínima de óleo em cada panqueca feita.

Recheie a panqueca como desejar, a massa é neutra e pode utilizar recheios doces ou salgados. Eu costumo rechear com geleias ou mel.

A espessura da panqueca também é de sua preferência, eu costumo dividir essa quantidade em 6 partes, mas fica muito boa mais fina também.

O iogurte deixa a massa bem leve e macia.

Se preferir a versão light da receita, utilize somente as claras do ovo, leite desnatado e yogurt light.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/50037-panqueca-leve-da-polly.html>