

# Тыквенные блины



На 100 грамм:  
Калорийность: **152.25 ккал.**  
Белки: **6.17 г.**  
Жиры: **4.23 г.**  
Углеводы: **21.61 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/tykvennye-bliny/>

## Ингредиенты:

- 130 гр тыквенного пюре
- 2 яйца
- 100 мл кипятка
- 100 мл молока
- 180 гр муки

## Приготовление:

Жарим как обычные блинчик с 2 сторон.

Сковорода у меня Кукмара) Получается жарить без масла и не добавлять его в тесто).

Блины не подслащиваю, просто начинаю чем-то сладким. По желанию, можете добавить подсластитель в тесто).