

Тыквенные оладьи с зеленым горошком



На 100 грамм:
Калорийность: **93,34 ккал.**
Белки: **4,17 г.**
Жиры: **1,62 г.**
Углеводы: **17,21 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/tykvennye-oladi-s-zelenym-goroshkom/>

Ингредиенты:

- тыква 500г (натереть на терке)
- зеленый горошек (замороженный) 150г (залить кипятком на 2 мин. промыть холодной водой, чтобы не потерял цвет)
- яйца 2шт
- молоко или кефир 100мл
- лук репчатый 1шт (мелконарезанный)
- манка 2ст.л
- мука 100г

Приготовление:

Все ингредиенты перемешать и оставить на 20 мин. Печь на медленном огне на антипригарной сковороде