Кефирные оладьи с яблоками

На 100 грамм:
Калорийность: **187.02 ккал.**
Белки: **5.96 г.**
Жиры: **1.63 г.**
Углеводы: **37.25 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/kefirnye-oladi-s-yablokami/

Ингредиенты:
- кефир обезжиренный 500 г
- яйцо 2 штуки
- сахар 1/2 стакана
- соль 1 щепотка
- сода 1/2 чайные ложки
- мука пшеничная 2 стакана
- яблоки по вкусу

Приготовление:
Для приготовления оладий необходимо взбить яйца с сахаром, соединить с кефиром, добавить соль.
Затем добавить соду, муку и еще раз все перемешать тесто должно получится легким, пышным, полугустым.
Яблоки порезать мелкими ломтиками.
Тесто разлить ложкой в горячую сковороду с растительным маслом. На поверхность оладий быстро и красиво разложить ломтики яблок, прижать их ложкой. Когда нижний край оладий зарумянится, оладьи перевернуть. Снять их со сковороды, положить на блюдо, посыпать сахарной пудрой и корицей.
Вместо яблок можно использовать бананы, ежевику.