

# Яблочные оладьи



На 100 грамм:  
Калорийность: **105,9 ккал.**  
Белки: **2,26 г.**  
Жиры: **1,39 г.**  
Углеводы: **20,36 г.**

Время приготовления: **20 минут**

Количество порций: **4-6**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/yablochnye-oladi/>

## **Ингредиенты:**

- 3-4 средних яблока
- 1 яйцо
- 2-3 ст. ложки сахара
- щепотка соли
- мука

## **Приготовление:**

Яблоки очистить от сердцевины и шкурки. Потереть на крупной терке. Добавить яйцо и сахар, перемешать. Постепенно добавляйте муку, так чтобы тесто стало густым как на обычные оладьи (примерно стакан, но это зависит от сочности яблок). Выкладываем ложкой на разогретую сковородку и жарим на растительном масле.