

# МЛИНЦІ З НАЧИНКОЮ ІЗ КУРКИ З ГРИБАМИ У СМЕТАННОМУ СОУСІ

Нам знадобиться:

для млинців:

- 350мл теплого молока
- 145г борошна
- 25г вершкового масла
- 2 яйця
- дрібка солі і цукру

для начинки:

- 250г готового курячого філе(або тунця)
- 120г цибулі
- 350г грибів
- сметана 150г(15%)
- сіль, перець, 15г олії 🧂



Час приготування: **30хв**

КБЖВ на 100г: **К.156 Б.9.9 Ж.7.2**

**В.12.5**

Вага готової порції: **1100г**

Порція

1200ккал – 250г

1300ккал – 265г

1400ккал – 280г

1500ккал – 300г

1700ккал – 340г

**Приготування:**

1. **Розбийте яйця, всипте дрібку солі і цукру - вимішайте вінчиком**
  2. **Влийте половину теплого молока, та поступово всипайте борошно, вимішуючи усю масу вінчиком**
  3. **В кінці влийте розтоплене масло і молоко що лишилось. Гарно вимішайте.**
  4. **Смажимо з одного боку 1.5-2хв, і 15-30сек з іншого боку на середньому вогні.**
- 
1. **На олії обсмажте 4хв цибулю. Вкиньте нарізані гриби і на великому вогні обсмажте, поки не випарується з них рідина.**
  2. **Попередньо відварену і нарізану курячу грудку вкиньте в сковорідку, солим, перчим, вливаємо сметану. На малому вогні, перемішуючи протушуйте 5-6хв**
  3. **Викладаємо начинку по центру млинця, 1.5ст.л на млинець. Складаємо як на відео і готово**

**Порада:** мені ці млинці смакують як гарячі так і холодні - тому можна готувати їх заздалегідь

Посилання на відео-приготування: [https://t.me/mil\\_alexh\\_recipes/1120](https://t.me/mil_alexh_recipes/1120)