

# Ärt- och basilikaplättar med mozzarella



19 röster

Vackert grönskimrande ärt- och basilikaplättar som är ett nyttigt och gott alternativ till vanliga pannkakor. Mixa bara ihop alla ingredienser till en smet och stek på.

Lätt som en plätt! Avnjut dina plättar med mozzarella och antipasto som ger både krämighet och sälta.

Detta är ett recept från Billiga veckan v 21, 2016.

## Ingredienser

Portioner: 4

### Plättar

250 g små fina ärter

1/2 kruka basilika

3 ägg

1 dl vispgrädde

3 dl mjölk

2 1/2 dl vetemjöl

1/2 tsk salt

1 krm peppar

2 msk smör eller margarin

### Till servering

2 förp mozzarella (à 125 g)

1/2 huvudsallad

240 g antipasto

## Så här gör du

1. Tina ärterna.
2. Sätt ugnen på 125°C och sätt in en plåt för att lägga färdiga plättar på.
3. **Plättar:** Mixa allt, förutom matfettet, till plättarna till en slät smet.
4. Stek plättar i matfettet i en stek- eller plättpanna. Håll plättarna varma på plåten i ugnen, helst inte på varandra.
5. **Till servering:** Skär mozzarellan och salladen i bitar.
6. Servera plättarna med mozzarella, sallad och antipasto.

### För alla

Rätten innehåller ägg.

Gör glutenfri: använd glutenfritt mjöl.

Gör laktosfri: använd grädde, mjölk, matfett och mozzarella utan laktos.

Gör mjölkproteinfri: byt ut grädde och mjölk mot soja-, havre- eller risbaserad ersättningsprodukt. Använd mjölkfritt matfett. Byt ut mozzarella mot mjölkproteinfritt ostalternativ.

### Tips

Lite balsamvinäger på salladen är gott.