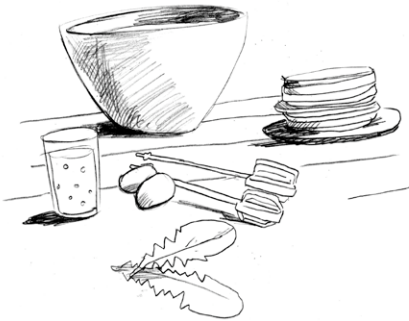


## Nõgesepannkoogid



Nõges on üks meie tuntumaid ravimtaimi. Teda on kasutatud toidu- ja ravimtaimena nii kuivatatult kui värskelt suppides, kastmetes, leivas ja rohuteedes. Nõgest (eriti natuke vanemaid taimi) on mõistlik enne kasutamist 2–5 minutit kupaada, kuna tolmu ja muu mustuse koguneb kergesti nende lehtedele. Noori võrseid, mis on kasvanud puhtal pinnasel, võib kasutada eelnevalt keetmata.

Proovi järele, kuidas maitsevad nõgesepannkoogid!



### Ained:

2 muna, 3 klaasi piima, poolteist klaasi nisujahu, 2 supilusikat suhkrut, pool teelusikat soola, 4 supilusikat õli või sulatatud võid, klaas tükeldatud nõgeselehti, praadimisõli

### Vahendid:

kauss taigna segamiseks, klaas, vispel, pann, pannilabidas, kulp

### Tee nii

1. Sega kausis munad ja piim.
2. Lisa jahu pidevalt segades.
3. Lase segul umbes 20 minutit seista.
4. Lisa nõgesed, suhkur, sool ja õli.
5. Prae koogid pannil.
6. Serveeri suhkruga või moosiga.

### Märkmed

1. Kirjuta, kuidas nõgesepannkoogid maitsevad?
2. Mõttele välja viis erinevat toitu, milles nõgest kasutada. Otsi raamatutest või internetist.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Nimi:

Vanus:

Klubi:

Juhendaja:

