

## PANQUEQUES DE RÁBANO DAIKON RIQUÍSIMOS



### INGREDIENTES:

- 1 rábano Daikon mediano, pelado y rallado
- 2 zanahorias medianas, peladas y ralladas
- 2 huevos grandes
- ¼ taza de harina
- 1 cucharadita de sal
- ¼ cucharadita de pimienta

### PREPARACIÓN:

1. Agregue el rábano y las zanahorias al tazón y mezcle suavemente para combinar.
2. En otro tazón mediano, bata los huevos, la harina, la sal y la pimienta hasta que quede suave.
3. Incorpora la mezcla de huevo en un tazón con rábano y zanahorias.
4. Caliente una sartén a fuego medio alto. Agregue 1 cucharada de aceite.
5. Cuando el aceite esté caliente, agregue la masa en cucharadas grandes para que parezcan panqueques.
6. Cocine por 1-2 minutos en cada lado hasta que estén dorados.
7. ¡Sirve caliente y disfruta!

**Rendimiento:** 4-6 porciones

**Fuente:** Adaptado de [foodsmartmom.com](http://foodsmartmom.com)

Harvest  
of the  
Month™

CalFresh  
1-877-410-8809



HUMBOLDT COUNTY OFFICE OF EDUCATION  
Nutrition Programs & Services

Los ingredientes para esta receta se pueden comprar con los beneficios de CalFresh. Para más información o para solicitar beneficios de CalFresh, visite [benefitscal.com](http://benefitscal.com) o llame al Condado de Humboldt DHHA Servicios Sociales al 1-800-410-8809.

## PANQUEQUES DE RÁBANO DAIKON RIQUÍSIMOS



### INGREDIENTES:

- 1 rábano Daikon mediano, pelado y rallado
- 2 zanahorias medianas, peladas y ralladas
- 2 huevos grandes
- ¼ taza de harina
- 1 cucharadita de sal
- ¼ cucharadita de pimienta

### PREPARACIÓN:

1. Agregue el rábano y las zanahorias al tazón y mezcle suavemente para combinar.
2. En otro tazón mediano, bata los huevos, la harina, la sal y la pimienta hasta que quede suave.
3. Incorpora la mezcla de huevo en un tazón con rábano y zanahorias.
4. Caliente una sartén a fuego medio alto. Agregue 1 cucharada de aceite.
5. Cuando el aceite esté caliente, agregue la masa en cucharadas grandes para que parezcan panqueques.
6. Cocine por 1-2 minutos en cada lado hasta que estén dorados.
7. ¡Sirve caliente y disfruta!

**Rendimiento:** 4-6 porciones

**Fuente:** Adaptado de [foodsmartmom.com](http://foodsmartmom.com)

Harvest  
of the  
Month™

CalFresh  
1-877-410-8809



HUMBOLDT COUNTY OFFICE OF EDUCATION  
Nutrition Programs & Services

Los ingredientes para esta receta se pueden comprar con los beneficios de CalFresh. Para más información o para solicitar beneficios de CalFresh, visite [benefitscal.com](http://benefitscal.com) o llame al Condado de Humboldt DHHA Servicios Sociales al 1-800-410-8809.