

ANIA STARMACH

Pancakes z płatków owsianych

Co kupić?

- 100g płatków owsianych
- 10g sproszkowanego baobabu Purella
- 3 jajka ekologiczne "0"
- 150g jogurtu naturalnego
- 1 banan
- 0.5 łyżeczki sody oczyszczonej
- masło do smażenia
- Do posypania:**
 - cukier kokosowy Purella
 - kruszone kakao Purella

Jak przygotować?

1. Składniki na ciasto: płatki, baobab, jajka, banan, jogurt – zblenduj na gładką masę, odłóż na 30 minut.
2. Po tym czasie dodaj sodę i wymieszaj.
3. Na patelni rozgrzej masło, łyżką nakładaj niewielkie porcje ciasta, smaż 1-2 minut z każdej strony.
4. Podawaj z cukrem kokosowym i kruszonym kakao.