

Ciasto bananowe fit



Autor: **AnetaP**
Przepisów: **82** Ocena: **621**

> 6 os. 15 min łatwe tanie



Składniki:

- banany 3 szt + 1 szt do dekoracji,
- płatki owsiane błyskawiczne 2 szk,
- jajka 2 szt,
- miód 3 łyżki,
- olej kokosowy 2 łyżki,
- proszek do pieczenia 1 łyżeczka,
- cynamon 1/2 łyżeczki,

Sposób przygotowania:

- 1 Płatki owsiane zmielić blenderem na mąkę lub bardzo drobne kawałki. Banany obrać i rozgnieść na papkę. Dodać jajka i miód, zmiksować.
- 2 Następnie dodać zmielone płatki owsiane, proszek do pieczenia, cynamon i olej kokosowy. Zmiksować do momentu połączenia się składników.
- 3 Foremkę o wymiarach 9 cm x 23 cm wyłożyć papierem do pieczenia i przełożyć ciasto. Piec 35 minut w temperaturze 180 stopni.

Twoje notatki do przepisu: