

# Pancakes owsiane z porzeczkami

Autor: **foodmania**Przepisów: **96** Ocena: **560**

3-4 os.



30 min



łatwe



tanie



## Składniki:

- 3 łyżki płatków owsianych
- 1 banan
- 1 jajko
- 50g daktyli
- garść porzeczek

## Sposób przygotowania:

- 1 Daktyle sparzyć wrzątkiem i zblendować na gładką masę.
- 2 Płatki owsiane zmielić na mąkę, np. w młynku do kawy.
- 3 Bardzo dokładnie zblendować ze sobą jajko, banana, mąkę owsianą oraz masę daktylową.
- 4 Do całości dodać porzeczki i delikatnie wymieszać.
- 5 Smażyć na rozgrzanej patelni teflonowej z obu stron, podczas smażenia zmniejszyć temperaturę.

## Twoje notatki do przepisu: