

Placuszki bananowo-kokosowe z truskawkami



Autor: **mimiwiki**
Przepisów: **573** Ocena: **16552**



1-2 os.



15 min



łatwe



tanie



Składniki:

- 1 porcja - 390 kcal:
- 1 banan
- 1 jajko
- 3 łyżki mąki kokosowej
- 1/4 łyżeczki oleju kokosowego
- garść truskawek

Sposób przygotowania:

- 1 Miksujemy banana z jajkiem i mąką. Na roztopionym oleju smażyjemy małe placuszki - podajemy z truskawkami :) Smacznego :)

Jeśli jesteście zainteresowani indywidualną dietą - zajrzyjcie na blog :)



Twoje notatki do przepisu: