Bananowe babeczki z quinoa

Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: **ciasta, desery**

Kuchnia (region): **arabska, polska**

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 6 porcji

Składniki:

- quinoa - 5 łyżka
- płatki owsiane - 2 łyżka
- mleko - 1 szklanka
- banan - 1 szt.
- białko jajka - 1 szt.
- stevia - 1 łyżeczka

Dodatkowe info:

Bardzo zdrowe, dietetyczne- idealne na słodką przekąskę :)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Komosę ugotować w mleku, a następnie wymieszać ze stevią.

KROK 2: Płatki owsiane zmielić na mąkę.

KROK 3: Banana zblendować wraz z białkiem.

KROK 4: Do komosy dodać resztę składników- wszystko wymieszać i przełożyć do foremek.

KROK 5: Całość piec około 30 minut w 180 stopniach.