Bananowo – kokosowe placki z amarantusem

Dorota Rozbicka

Polecane na: **ciasta, desery, lunchbox, śniadanie**

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

Warto wiedzieć:

25 min

1 porcja

Składniki:

- banany dojrzałe - 2 szt.
- wiórki kokosowe - 0,5 szklanka
- kaszka z amarantusa - 0,5 szklanka
- mąka orkiszowa - 1 szklanka
- cukier trzcinowy - 1 łyżka
- ekstrakt waniliowy - 1 łyżeczka
- jajko - 1 łyżeczka
- kefir - 1,5 szklanka
- masło ghee rozpuszczone - 1 łyżka
- olej kokosowy do smażenia - trochę
- banan do podania oraz granat i wiórki kokosowe - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Zaczynamy od obrania bananów i rozgniecenia ich miąższu na papkę.
Następnie do miski wsypujemy mąkę, amarantus, wiórki kokosowe, cukier, wanilię, mieszamy.
Potem dodajemy roztopione masło, jajko, rozgniecione banany, kefir.
Zaraz potem mieszamy wszystko na gładkie ciasto, zostawiamy na 10 minut by kaszka napęczniała.
Następnie rozgrzewamy patelnię z niewielka ilością oleju kokosowego.
Potem łyżką nabieramy porcje ciasta i wylewamy na patelnię.
Smażymy na złoto z obu stron.
Placki podajemy z pestkami granatu,

plasterkami banana, oprószone wiórkami kokosowymi.