Kasztanowe placki jaglane

Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: **desery, przystawki i przekąski, śniadanie**

Warto wiedzieć:

40 min | łatwy | 12 porcji

Składniki:

- kasza jaglana - 4 łyżka
- mąka kasztanowa - 2 łyżka
- banan - 1/2 szt.
- białko jajka - 1 szt.
- stevia - 1 łyżeczka
- rodzynki - 1 łyżka
- kiwi - 2 szt.
- mango - 1/2 szt.

Dodatkowe info:

Placki są bardzo sycące, a w towarzystwie owoców smakują rewelacyjnie :) Zaś dodatek mąki kasztanowej sprawia, że stają się jeszcze bardziej wartościowe!

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kaszę jaglaną opłukać i ugotować i pozostawić do ostygnięcia.

KROK 2: Ostudzoną kaszę zblendować z bananem i białkiem.

KROK 3: Do masy dodać mąkę kasztanową i stevię, a następnie bardzo dokładnie wymieszać. Placki smażyć z obu stron na suchej patelni teflonowej (można z dodatkiem tłuszczu kokosowego, ale nie trzeba).