Krajanka żołędziowa z młodym jęczmieniem

foodmania

Polecane na: **ciasta, desery**

Warto wiedzieć:

50 min | łatwy | 20 porcji

Składniki:

- mąka żołędziowa - 1 szklanka
- młody jęczmień - 1/2 szklanka
- białka jajek - 6 szt.
- jogurt naturalny - 180 g
- banan - 3 szt.
- biały mak - 6 łyżka
- stevia - 2 łyżeczka
- jabłko - 2 szt.

Dodatkowe info:

To ciasto łączy w sobie niecodzienne składniki i smaki!

Sposób przygotowania:

KROK 1: Banany zblendować z białkami i jogurtem naturalnym.

KROK 2: Do zblendowanych składników dodać mąkę, jęczmień, stevię i mak- całość wymieszać.

KROK 3: Masę przelać do formy (wyłożonej papierem do pieczenia), a na wierzchu poukładać kawałki jabłek.

KROK 4: Całość piec około 35 minut w 180 stopniach.