Omlet na mące kokosowej - bezglutenowy :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **śniadanie**

Warto wiedzieć:

20 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- jaja - 2 szt.
- proszek do pieczenia - 1/3 łyżeczka
- mąka kokosowa - 30 ml
- cukier kokosowy - 1 łyżka
- cukier z wanilią - 1 łyżeczka
- oliwa z oliwek w spreyu - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Żółtka oddziel od białek. Białka ubij na pianę, a żółtka utrzyj z cukrem waniliowym.

KROK 2: Do żółtek dodaj mąkę kokosową, proszek do pieczenia oraz cukier kokosowy. Zmiksuj.

KROK 3: Teraz dodaj białka i delikatnie zmiksuj.

KROK 4: Na patelni rozpyl oliwę z oliwek (ewentualnie olej kokosowy), wylej masę, uformuj okrągły placek i smaż z dwóch stron po kilka minut, na małym ogniu.