Orzechowe placki owsiane :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **śniadanie**

Warto wiedzieć:

25 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- płatki owsiane - 60 g
- migdały blanszowane - 15 g
- siemię lniane złociste - 1 łyżka
- proszek do pieczenia - 1/3 łyżeczka
- jaja - 1 szt.
- napój kokosowy - 100 ml
- ksylitol - 15 g
- olej kokosowy - 5 g

Sposób przygotowania:

KROK 1: Płatki owsiane wraz z orzechami i siemieniem lnianym zmiel na mąkę w Nutribullet używając ostrza do mielenia.

KROK 2: Zmielone składniki wymieszaj łyżką z proszkiem do pieczenia, ksylitolem, napojem kokosowym, jajkami.

KROK 3: Na patelni rozgrzej olej kokosowy, wylej porcję ciasta i smaż po kilka minut z każdej strony, do zrumienienia.
Podawaj z ulubionymi dodatkami.