Placki ryżowe - bezglutenowe, wegańskie, bez cukru :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **śniadanie**

Warto wiedzieć:

15 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- mąka ryżowa - 50 g
- karob - 20 g
- banan - 80 g
- proszek do pieczenia - 1/3 łyżeczka
- nasiona chia - 1 łyżeczka
- napój roślinnyc - 100 ml
- olej kokosowy - 1 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: W misce wymieszaj suche składniki - mąkę, karob, proszek i nasiona chia.
W drugiej misce wymieszaj rozgniecionego na paćkę banana z mlekiem.
Połącz suche składniki z mokrymi.
Na patelni rozgrzej olej i nakładaj po 1 łyżce masy, aby uzyskać placki małej wielkości.
Smaż na średnim ogniu, pod przykryciem. Po ok. 2 minutach, kiedy pojawią się malutkie pęcherzyki przewróć placki na drugą stronę i smaż tak samo.
Podawaj z bananem i masłem orzechowym.