




Placuszki bananowe bez mąki

 Agnieszka Strużyna

Polecane na: [desery](#), [przystawki i przekąski](#), [śniadanie](#)

Kuchnia (region): [arabska](#), [arabska](#)

Warto wiedzieć:

 20 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

duży banan - 1 szt.

olej kokosowy - trochę

jajko - 1 szt.

syrop klonowy - trochę

proszek do pieczenia - 1/4 łyżeczka

Dodatkowe info:

Proszek do pieczenia można pominąć, lecz wtedy placki będą mniejsze i chudsze.

Przewracanie placków może sprawiać na początku problem. Najwygodniej obracać je szpatułką i pomagać sobie widelcem. Warto też poczekać, by dolna strona na pewno się ścięła. Jeśli placek się rozpadnie przy obracaniu nic się nie stało - i tak jest pyszny, tyle że dużo gorzej wygląda.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Banana ugniatamy w misce widelcem. Nie musi być to gładka masa - powinno zostać parę cząstek banana.

KROK 2: W kubeczku roztrzepujemy jajko z proszkiem do pieczenia. Jajkiem zalewamy banana i mieszamy.

KROK 3: Smażymy na małym ogniu na odrobinie oleju kokosowego (wystarczy tylko posmarować nim patelnię). Obracamy placki, by usmażyły się po obu stronach równomiernie.

KROK 4: Podajemy polane syropem klonowym lub miodem.