




Placuszki z tofu

 Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: [lunchbox](#), [śniadanie](#)

Warto wiedzieć:

 20 min

 3 porcje

Składniki:

tofu naturalne - 180 g
jajo - 1 szt.
napój owsiany - 200 ml

banan - 1 szt.
mąka orkiszowa - 6 łyżka

Dodatkowe info:

Podawaj z ulubionymi dodatkami. U mnie był to domowy budyń oraz owoce.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Wszystkie składniki zblenduj.

KROK 2: Placuszki smaż na mocno rozgrzanej patelni (bez tłuszczu).