Śniadaniowe placuszki w wersji roślinnej

Zdrowie na języku

Polecane na: **śniadanie**

Warto wiedzieć:

15 min

1 porcja

Składniki:

- płatki owsiane - 60 g
- banan - 1 szt.
- ulubiony superfoods - 2 łyżeczka
- masło orzechowe - 1 łyżeczka
- proszek do pieczenia - 1/2 łyżeczka
- cukier kokosowy - 1 łyżeczka
- napój roślinny - 100 ml

Sposób przygotowania:

KROK 1: Wszystkie składniki przełóż do blendera i zmiksuj na jednolitą masę. Aczkolwiek nie musi być idealnie gładka.
Patelnie bardzo dobrze rozgrzej. Nakładaj po jednej łyżce masy. Smaż na średnim ogniu, po ok. 2-3 minuty z każdej strony.
Możesz podać z owocami.