



PANQUEQUES DE PLÁTANO CON PACANAS Y FRAMBUESAS

INGREDIENTES

- 2 plátanos maduros
- 4 huevos
- 1 cucharadita de polvo de canela/
cardamomo
- 1 cucharadita de polvo de hornear
- 3 cucharadas de aceite (de arroz)
- 60 gramos de pacanas sin sal
- Algunas frambuesas
- Batidora de mano

EXPLICACIÓN

Corta los plátanos en trozos y pon juntos con los huevos, el polvo de canela/ cardamomo y el polvo de hornear en un cuenco alto.

Tritura con la batidora de mano hasta una mezcla suave.

Caliente el aceite en una sartén y pon 2 porciones de masa de Ø 8 centímetros en la sartén.

Fríe los panqueques en ca. 5 minutos tostado y cocido. Cambia la mitad.

Los mantiene caliente en un plato debajo aluminio doméstico o una tapadera. Fríe 6 panqueques así aún más.

Corta las pacanas gruesas y rocía sobre los panqueques. Guarnece con algo frambuesas.

DESAYUNO/ ALMUERZO

8 PIEZAS

25 MINUTOS

MIRA MÁS EN:

LA
COMIDA
Deliciosa

