

Pancakes DE Plátano con Toppings



Ingredientes

- 1 taza de hojuelas de avena
- 1 puño de nueces pecanas
- 2 huevos
- 1 plátano
- 1/4 taza de mermelada de manzana (si no tienes - sustitúyela por la leche de tu elección, te recomendamos de almendra)
- 1/4 Taza de leche de almendra
- 1 Cda. de extracto de vainilla
- 1/2 cdta. de canela en polvo
- 2 cdts. de endulzante del monje (puedes usar stevia o el endulzante que uses normalmente)

TOPPINGS

- Mezcla de avellana con Cacao (de las maquinas procesadoras en City Market, es como una Nutella natural)
- Leche de almendra
- Plátano
- Fresas, frambuesas, moras azules (tus frutos favoritos)

Preparación

1. Licúa la avena a alta velocidad para que quede como harina de avena.
2. Agrega los demás ingredientes y licúa de nuevo hasta que se integren. El 1/4 Taza de leche de almendra es para que la mezcla te quede menos espesa, así que calcúlale dependiendo cómo te haya quedado si debes agregarle más o no.
3. Engrasa tu sartén con aceite de coco y vierte la mezcla. Ya que se haya dorado la orilla y esté burbujeando el centro voltéalos y espera a que se cocinen del otro lado.
4. Para los toppings derrite en el horno de microondas (o a baño María) la crema de avellana con cacao y agrega un chorrito de leche de almendra para que se haga menos espesa. Baña los pancakes con esta mezcla.
5. Pica el plátano y las fresas y agrégalos arriba al servir.

