



Pancake di banana e fiocchi di avena

Pancake con fiocchi d'avena e con la Bevanda alla Mandorla Alpro non tostata, senza zucchero

Preparazione

1. Mescolare tutti gli ingredienti fino a che il composto diventi morbido. Se l'impasto è troppo denso aggiungere un po' di Bevanda alla Mandorla Alpro non tostata, senza zucchero per ottenere il risultato desiderato.
2. Ungere una padella con un po' di margarina e friggere i pancake fino a doratura.
3. Tagliare la frutta in piccoli pezzi.
4. Servire i pancake con fiocchi d'avena con l'alternativa vegetale allo yogurt Alpro Bianco, e con la Bevanda alla Mandorla non zuccherata senza zucchero, frutta fresca ed un po' di miele. Buon appetito!



10 pezzi



20min



Ingredienti

- Pancake:
- 100 ml di Bevanda alla Mandorla non tostata, senza zucchero Alpro
- 100 gr di Alpro Bianco, l'alternativa vegetale allo yogurt
- 150 gr di fiocchi di avena
- 1 uovo
- 1 banana matura
- Margarina o olio d'oliva
- Per guarnire:
- 200 gr di Alpro Bianco, l'alternativa vegetale allo yogurt
- 500 gr di frutta fresca
- Miele (optional)

Fatto con

Bevanda alla Mandorla non tostata, senza zucchero



Alpro Bianco

