

Bananpandekager med linsemel

ca. 10 stk.



Ingredienser

2 bananer
3 dl vand
1 dl linsemel
1 dl havregryn
1 dl hvedemel/boghvedemel eller risemel
1 tsk. bagepulver
1 tsk. kanel
½ tsk. salt
Olie til stegning

Opskrift

- Mos bananerne med en gaffel. Rør vand i.
- Tilsæt resten af ingredienserne.
- Rør godt rundt til der ingen klumper er i dejen.
- Steg pandekagerne ved middelvarme.
- Vi har valgt at lave dem små og tykke som amerikanske pandekager.
- Spis dem med fx syltetøj eller sirup.

Tip

Variér smagen med fx kardemomme, vanilje, kokosmel, chokoladestykker, blåbær eller hindbær.

God fornøjelse
Ditte