



Overige

Havermout-pannenkoekjes met banaan

Voor 2 personen.

Ingrediënten

4 deciliter melk
1 banaan (rijpe)
1 ei
2 eiwitten
125 gram havermout
snuifje kaneelpoeder
boter

Bereidingswijze

Pel de banaan en prak ze tot moes met behulp van een vork. Voeg de 2 eiwitten samen met de havermout, de melk, het kaneelpoeder en het hele ei toe aan de geprakte banaan. Goed door elkaar mengen.

Verhit een klontje boter in een koekenpan op middelhoog vuur. Giet het mengsel in de pan en bak de pannenkoeken in een paar minuutjes aan beide zijden goudbruin. Beleg je pannenkoek naar wens, bijvoorbeeld met rood fruit.

Tip:

- Laat het beslag minstens een uurtje rusten in de koelkast voor een nog gladder resultaat.
- Draai de pannenkoek om als hij bovenaan niet meer vloeibaar is en de randjes bruin beginnen te kleuren.

