

Lívance z ovesných vloček a banánu

Potřebujeme:

40 g ovesné mouky
(rozmixované ovesné
vločky)
1 celé vejce
70 g odtučněného
tvarohu
2 rozmačkané banány
troška skořice
malá lžička prášku do
pečiva
stévie na doslazení (dle
chuti)

Vše smícháme
dohromady a postupně
přidáváme vodu až
vznikne polotekuté
těstíčko.

Smažíme na kokosovém
oleji nebo na másle na
mírném ohni.

Podáváme s čímkoliv, na
co máme chuť (např. s javorovým sirupem a čerstvým ovocem).

