

Bananowe placki na skyrze

Przepis

Informacje :

Stopień trudności: średni

Czas przygotowania: 3 min

Liczba porcji: 2

Czas gotowania: 10 min

Użyte akcesoria :

- nóż

Przygotowanie :

Krok 1 - W naczyniu umieścić nóż.

Krok 2 - Do naczynia włożyć 180 g jogurtu naturalnego skyr (lub twarogu), 1 jajko, 1 banana, 50 g mąki orkiszowej lub pszennej pełnoziarnistej. Wlać 50 g mleka krowiego lub roślinnego. Zmiksować – czas 20 s, prędkość 10.

Krok 3 - Na patelni rozgrzać 1 łyżeczkę masła klarowanego. Nakładać 1 pełną łyżkę masy na 1 placka (masa jest dość rzadka).

Krok 4 - Smażyć na średnim ogniu do zrumienienia, następnie przewrócić i smażyć drugą stronę na złoty kolor.

Wskazówki :

Do smażenia placków należy użyć patelni z nieprzywierającą powłoką, np. patelni naleśnikowej.