

Snídaňové lívanečky

Počet porcí: 3

Doba přípravy: 30 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Rozmačkané banány smícháme se škrobem a kypřícím práškem. Nakonec přilijeme mléko. Vše řádně promícháme a necháme cca 5 minut odležet. Lívanečky smažíme na pánvi s nepřilnavým povrchem přibližně 2 minuty na každé straně. Podáváme přelité medem nebo agávovým sirupem.

Ingredience

- **Banán** - 240 g
- **Kukuřičný škrob, bez lepku 200 g** - 115 g
- **1,5% UHT mléko Mlékárna Pragolaktos 0,5 l** - 140 g
- **Včelí med luční 250 g** - 10 g
- **Olej slunečnicový** - 5 g
- **Kypřící prášek do pečiva 12 g** - 5 g

