

ÉDES KAKAÓS PALACSINTA

2
DARAB

Hozzávalók:

- 50 g Mevalia Bread Mix
- 8 g alacsony fehérjetartalmú kakaópor
- 1 csipetnyi só
- 10 g cukor
- 120 ml tejpótló *

Sütéshez:

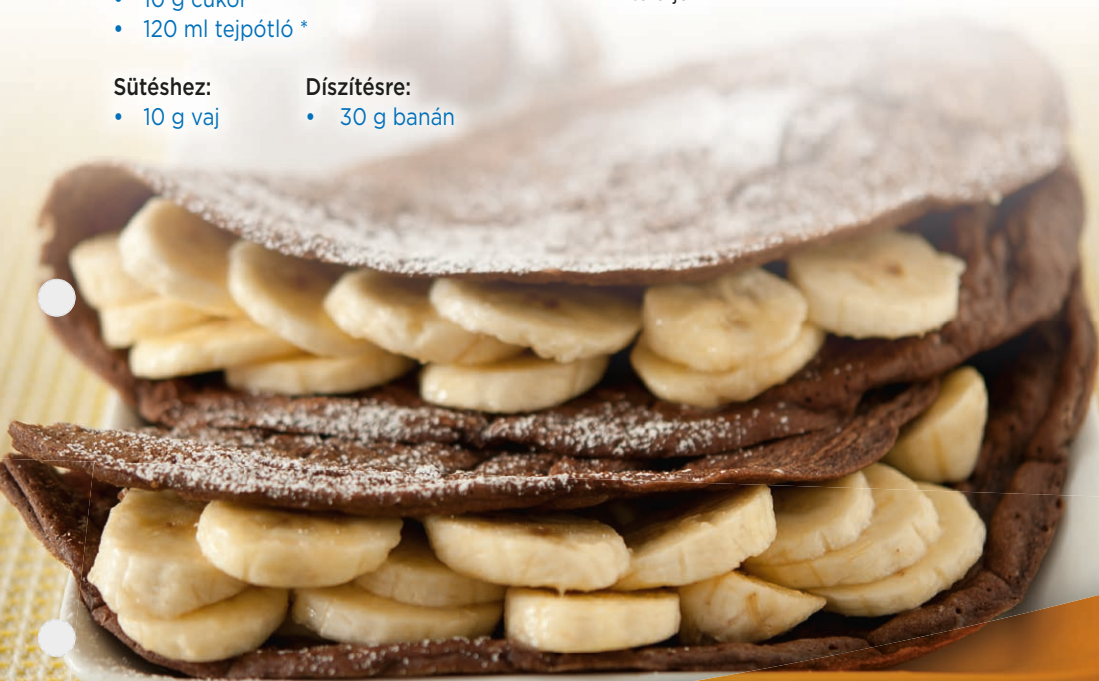
- 10 g vaj

Díszítésre:

- 30 g banán

Elkészítés:

1. A Bread Mix keveréket a kakaóporral, cukorral és a sóval összekeverjük, majd belekeverjük a tejpótlóval a többi nyersanyagot is, és elektromos mixerrel egynemű tésztává keverjük.
2. 15 percig hagyjuk állni, majd tapadásmentes serpenyőben felolvasztjuk a vajat, s állandó keverés közben beleöntjük a tészta felét és egyenletes kör alakúra oszlatjuk, majd mindkét oldalát készre sütjük.
3. A kész palacsintákat banánnal töltve tálaljuk.



| | | | |
|--------------|--------------------|-----------------|-------------|
| Teljes adag | Energia - 353 kcal | Fehérje - 1,6 g | Phe - 63 mg |
| 1 palacsinta | Energia - 176 kcal | Fehérje - 0,7 g | Phe - 31 mg |