



HOTCAKES DE AVENA Y PLÁTANO

 Porciones: 4  Tiempo de preparación 25 minutos

 Desayuno

INGREDIENTES

- 2 tazas de hojuelas de avena (no instantáneas)
- 1 ¼ taza de leche
- 1 plátano
- ½ cucharada de canela
- 3 g de stevia o 2 cucharaditas de azúcar
- 1 pizca de sal
- 1 cucharada de vainilla
- 1 ½ cucharadas de polvo para hornear
- 1 huevo
- ½ cucharada de margarina La Villita

MODO DE PREPARACIÓN

Amigas, si están cuidando su salud pero les encantan los hot cakes debo decirles que esta receta les salvará el día: hotcakes de avena.<o:p></o:p>

Ponemos la leche, el plátano, la vainilla, el endulzante que elegiste (stevia o azúcar), la sal en la licuadora y mezclamos.<o:p></o:p>

Agregamos las dos tazas de avena, la canela y el polvo para hornear. Encendemos nuevamente la licuadora y la dejamos trabajar hasta que la mezcla sea tersa y no se perciban las hojuelas de avena o grumos. Por último, agregamos el huevo y encendemos por última vez para que se integre.<o:p></o:p>

Calentamos una sartén, derretimos la margarina para engrasarlo y vertemos una porción de la masa, formando un círculo. Esperamos a que las orillas se doren y el centro empiece a burbujear y volteamos, esto es aproximadamente dos minutos por lado.<o:p></o:p>

¡Listo, amigas! A disfrutar sin culpa un desayuno delicioso. <o:p></o:p>

 LaVillitaMX  @LaVillita