

PANCAKE

INSTRUCTIONS :

Idéal pour les petits déjeuners



Instructions

1. Mélangez tous les ingrédients
2. Faites cuire vos pancakes dans un filet d'huile de coco
3. Servir avec un filet de sirop d'agave ou miel ou des fruits

Liste des courses

Ingrédients	Requis	Quantité
banane mûre	<input checked="" type="checkbox"/>	1
Oeufs	<input checked="" type="checkbox"/>	1
Flocons d'avoine	<input checked="" type="checkbox"/>	25 gr
Lait d'amande	<input checked="" type="checkbox"/>	20 ml
Farine de châtaigne (ou farine complète)	<input checked="" type="checkbox"/>	35 gr
Levure	<input checked="" type="checkbox"/>	1 càc
Sel	<input checked="" type="checkbox"/>	1 pincée
Extrait de Vanille	<input checked="" type="checkbox"/>	1 càc