

BANANIN SUŠI

Potrebujemo (za 6 majhnih porcij)

Sestavine za palačinke:

- 10 50 g ovsenih kosmičev
- 10 25 g mletih mandljev
- 10 25 g mletih orehov
- 10 3 žlice (polnozrnatih pirine) moke
- 10 2,5 dl mleka
- 10 1 jajce
- 10 1/2 žličke vanilijevega ekstrakta
- 10 1 žlička (rjavega) sladkorja
- 10 1 majhen ščepec soli



Ostale sestavine:

- 10 1 žlica (kokosovega) masla ali olja
- 10 1 posodica malin in/ali borovnic ali katerega koli drugega sadja
- 10 2 žlici čokoladnega namaza
- 10 2 žlici arašidovega masla
- 10 3 banane

PRIPRAVA

Ovsene kosmiče in orehe stresi v mešalnik in zmelji v moko podobno teksturo. Dodaj še mlete mandlje in še enkrat zmelji, da se vse tri "moke dobro premešajo. Dodaj še 3 žlice pšenične moke in premešaj.

V posodo ubij jajce in ga dobro razžvrkljaj. Dodaj vanilijevo esenco in mleko ter sladkor in premešaj. V maso umešaj še moko in majhen ščepec soli. Dobro premešaj, da dobiš gostejšo zmes.

Ponev za palačinke zares dobro segrej. Na razbeljeno daj malo masla in nanj vlij zajemalko mase, da dobiš debelejšo palačinko. Po dveh minutah oziroma ko se začnejo delati mehurčki, palačinko previdno obrni in popeci še na drugi strani. Palačinke bodo debelejšje od navadnih.

Mase je dovolj za tri debelejšje palačinke. Pečene in malenkost ohlajene namaži s poljubnim namazom – čokoladnim namazom in/ali z arašidovim maslom, nanje položi olupljene banane in palačinke previdno zavij. Z nožem posamezne palačinke nareži na majhne okrogle rolce, te položi na krožnik. Krožnik dodatno okraši še s svežim sadjem.

