



## Preparato per **PANCAKE banana e quinoa**

per 15 pancakes

### **ingredienti:**

farina di grano tenero , banana in polvere,  
zucchero di canna, crusca di grano, quinoa  
soffiata

### **da aggiungere:**

1 uovo  
500m di latte

### **procedimento:**

amalgamare gli ingredienti, cuinare i  
pancake in una padella antiaderente,  
servire con sciroppo di acero e frutta  
fresca.

