

Panqueca de banana e aveia

● Total 10 minutos 1 porção

Ingredientes

ou

1 unidade de banana prata crua (65 g)

ou

Ovo [1]

ou

Farelo de aveia [1 colher de sobremesa]

Método de preparo

1

Amassar a banana

2

Bater o ovo com fuet ou garfo e misturar com a banana amassada

3

Aquecer a frigideira antiaderente e despejar a massa