

# BANANPANDEKAGER UDEN HAVREGRYN

*De her bananpandekager uden havregryn er virkelig gode som de er, så de behøver faktisk ikke tilbehør, men de smager dog også godt sammen med f.eks. frisk frugt, is eller skyr.*

TIL

12 stk



- 2 spsk chiafrø
- 1 dl vand
- 2 bananer
- 1 æg
- 2 spsk peanutbutter
- olie til stegning (sørg for at bruge godt med olie, så de ikke brænder på)

Bland chiafrø og vand sammen i en skål. Lad dem trække i minimum en halv time i køleskabet (de kan også sagtens trække natten over, så det er nemt at lave bananpandekager næste morgen).

Mos bananerne helt fint og bland dem sammen med de opblødte chiafrø. Slå ægget ud i skålen og rør det i dejen sammen med peanutbutter.

Steg bananpandekagerne i godt med olie ved middel varme på panden (de kan nemt brænde fast, så man skal måske bruge lidt mere olie end man normalt ville gøre).

Spis dem som de er eller servér dem f.eks. med frisk frugt, is eller Nutella.