

# SUNDE AMERIKANSKE PANDEKAGER

*Lækre, tykke amerikanske pandekager, der ovenikøbet er sunde, da de laves af havregryn. Så kan man spise pandekager med god samvittighed til f.eks. morgenmad, dessert eller som en lille snack.*



TIL

12 stk

- 150 g havregryn
- 3 dl mælk
- 2 æg
- 1 spsk olie (evt. flydende kokosolie)
- 1 tsk vaniljepulver
- 1 tsk bagepulver
- 1 knsp salt
- fedtstof til stegning

## FEDTFATTIG

Kom havregryn og mælk i en blender, og lad det stå i 5-10 minutter – på den måde bløder grynene op, så de er med til at give en mere cremet konsistens.

Blend massen med æg, olie, vaniljepulver, bagepulver og salt. Varm en pande op med lidt fedtstof, og kom dejen på panden i små klatter. Bag pandekagerne et par minutter på hver side, til de er gyldne og færdigbagte indeni.

Servér f.eks. med lidt ahornsirup, frisk frugt eller noget helt tredje.