

Fit palacinke



težina: **lako**

za: **1 osoba**

vreme pripreme: **30 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **50 g**ovsenog brašna
- **2**jajeta
- **5g**cimeta
- **60 ml**mleka

Fil:

- **3**belanca
- **15 g**neskvika
- **25 g**kikiriki putera
- **25 g**plazme

Priprema

U posudu staviti ovseno brašno, cimet, jaja i mleko sve to umutiti. Sipati u tiganj, male krugove od smese. Ravnomerno ispeci sa obe strane.

Peci sve dok ima smese.

Fil: umutiti belanca da budu cvrsta, dodati neskvik, plazmu i kikiriki puter, još malo izmutiti mikserom. I mazati palacinke, palacinka red fila, palacinka red fila i na kraju prelijete i služite.

Savet

Možete u fil dodati mericu proteina.