

PANQUECAS BICOLORS



CONFEÇÃO

1. Com a lâmina de amassar, colocar os ingredientes para as panquecas rosa na taça

2. Programar 1min vel6 e reservar

3. Com a lâmina de amassar, colocar os ingredientes para as panquecas escuras na taça

4. Programar 1min vel6

5. Numa frigideira untada com óleo de côco, deitar uma porção pequena (2 a 3 c.sopa) so preparado rosa e virar ao fim de uns minutos

6. Repetir até esgotar a massa (rende cerca de 6 panquecas pequenas)

7. Repetir o procedimento para as panquecas escuras

8. Decorar a gosto

INGREDIENTES

- PANQUECA ESCURA:
- 100G CLARAS DE OVO
- 45G FLOCOS DE AVEIA
- 15G FARINHA DE ALFARROBA
- PANQUECAS ROSA:
- 100G CLARAS DE OVO
- 60G FLOCOS DE AVEIA
- 2C.SOPA SUMO DE BETERRABA