

PANQUECA DE AVEIA COM FRUTA



CONFEÇÃO

1. Começar por pulverizar os flocos de aveia, com o acessório triturar, se não tiver farinha de aveia. Com o acessório misturar juntar na taça todos os ingredientes e bater a V.8 até estar tudo bem ligado. De preferência deixar a massa descansar um pouco, depois untar uma frigideira pequena, com por ex. óleo de milho e deitar pequenas porções de cada vez, virar quando estiver a gosto. Comer com banana, kiwi...o que gostar mais, tb pode usar chantilly.

INGREDIENTES

- 2 C.SOPA DE FARINHA DE AVEIA, 2 C.SOPS DE FARINHA PARA PÃO BRANCO (OU FARINHA NORMAL COM 1 C.CAFÉ DE FERMENTO), 100ML DE LEITE, 1 OVO, 1 C.SOPA DE NATAS, 1 C.CHÁ DE CANELA E 1 C.SOBREMESA DE AÇÚCAR AMARELO