

Proteinske palačinke

Ukusne palačinke sa whey proteinom i pečenim lešnikom.

4 Porcija/e



Jednostavno

Vreme pripreme 20 Min.



Sastojci:

Sastojci:

- 6 belanaca
- 70 g Dr. Oetker Ovsene pahuljice
- 0,5 kesice Dr. Oetker Praška za pecivo
- 120 ml bademovog mleka
- 70 g whey proteina
- 1 kesica Dr. Oetker Cimet šećera
- 80 g Dr. Oetker Limun šećera u prahu
- rendana kora limete
- 1 prstohvat soli
- 100 g meda
- 50 ml javorovog sirupa
- 50 g lešnika pečenih

- 1 Belanca mutiti mikserom u čvrst sneg, dodati limun šećer i ručno izmešati. Dodati ovsene pahuljuce, prstohvat soli, ponovo izmešati. Dodati whey protein, prašak za pecivo, cimet šećer, rendanu kora limete, sve sjediniti i na kraju dodati bademovo mleko. Masu lepo sjediniti i peći palačinke u zagrejanom tiganju.
- 2 Pečene palačinke prebaciti na tanjir, preliti ih medom i javorovim sirupom, posuti pečenim lešnicima i na kraju izrendati kora limete.