Oppskrift

Vafler med havregryn og banan



Vafler er raskt å lage og dette er en enkel grunnoppskrift med havregryn og banan.

Toppes med bær eller frukt etter ditt ønske! Oppskriften gir ca 6-8 plater.

1

Slik gjør du

Visp sammen egg, melk og kesam i en bolle.

Mos bananen med en gaffel. Bland bakepulveret med melet og rør mel, havregryn, sukker og most banan inn i eggeblandingen.

Visp godt til røren blir jevn og klumpfri. La røren svelle en halvtimes tid 30 før steking.

2

Server vaflene sammen med bær eller frukt etter ønske, litt vaniljekesam og revet brunost er også godt.

Ingredienser

Du trenger

PRIOR egg	3 stk
Melk	3 dl
Kesam	2 dl
Banan	(moden) 1 stk
Hvetemel	1 dl
Sammalt hvete	(grov) 2 dl
Bakepulver	1 ts
Havregryn	1 dl
Hvitt sukker	2 ss
Salt	(en god klype)

Smør eller olje til steking

Forslag til topping

Banan	
Blåbær	

Honning

Allergener

Melkeprotein inkl laktose

- Gluten
- Soya