



COCINA RICA Y SANA

HOT CAKE

para Mamá

Tiempos

Preparación
10 min

Horneado
25 minutos



Fácil



Con o Sin gluten



INGREDIENTES

- 1 taza de harina de avena con o sin gluten
- 1 huevo
- 3/4 taza de leche vegetal
- 1 cucharadita de polvos de hornear
- Frutos rojos, arándanos o frambuesas.

RECETA:

- ✓ *Licuar todos los ingredientes, hasta que quede una mezcla homogénea.*
- ✓ *Calentamos una sartén antiadherente y dejamos caer la mezcla desde el centro para formar pequeños círculos.*
- ✓ *Agregamos por encima el fruto rojo escogido.*
- ✓ *Cuando le aparezcan burbujas los damos vuelta.*
- ✓ *Dejamos cocinar unos 2 minutos y retiramos.*

Los comemos con lo que quieran!
Salsas, syrup, miel, frutas, chocolate...



Tips: Se pueden congelar y comer cuando quieras.