

## **Banánové lívance (cca 12ks)**

### **Suroviny:**

2 zralejší banány  
65g celozrnné špaldové mouky  
50 ml mléka (může být i sojové, mandlové atd.)  
1 vejce  
1 lžička kypřicího prášku do pečiva  
olej na smažení

### **Postup:**

Do mixéru dáme mléko, vejce a banány nalámané na kousky a rozmixujeme. Následně do mísy nasypeme mouku a prášek do pečiva, přilijeme směs z mixéru a rozmícháme. Lívance smažíme na pánvi na troše oleje. Servírujeme dle chuti. Nejlepší jsou s tvarohem, s čokoládovou „Proteinellou“ a posypané čerstvým ovocem.

*Autor: Šárka Hugáňová*

