

Panquecas de avena y cambur

Un desayuno nutritivo y fácil de hacer.

Las pancakes de avena y cambur son deliciosas e ideales para un desayuno.

Se pueden preparar de muchas formas. Aquí te vamos a explicar cómo lo puedes hacer fácil y rápido.

Ingredientes:

- 1 taza de avena en hojuelas
- 2 huevos batidos
- 1 cambur maduro
- $\frac{1}{4}$ de cucharadita de canela en polvo
- $\frac{1}{4}$ taza de agua
- Una pizca de sal
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de vainilla
- 1 cucharada de margarina

Preparación:

- 1.- Muele la avena en hojuelas en la licuadora hasta que se vuelva una harina.
- 2.- En un recipiente, mezcla la avena, los huevos batidos y el cambur maduro triturado, hasta que no queden grumos.
- 3.- Agrega el polvo de hornear disuelto en el agua, el resto de los ingredientes y mezcla bien.
- 4.- Engrasar una sartén con un poco de margarina y calentar a fuego medio; cuando esté derretida, colocar pequeñas cucharadas de la mezcla de pancakes.
- 5.- Cocinar hasta que las pancakes tengan burbujas en la parte superior.
- 6.- Voltear y cocinar hasta que estén doradas.
- 7.- Servir calientes con margarina, miel, mermelada al gusto o sirope de maple

Nota: Se puede sustituir la margarina por aceite vegetal.

Puedes combinarlas con queso, mermelada, frutas, miel o salsa de chocolate.