

# Bananpannkaka i ugn

## BANANPANNKAKA

Receptet är för 2 personer

6 st ägg

1 st banan

1 stor klick kokosolja

Efter tycke & smak kanel\*

Efter tycke & smak havssalt/himalayasalt

Efter tycke & smak hackad mandel

## TIPS!

Vid nötallergi byt ut mandeln mot riven kokos.

## HUSGERÅD

Bunke

Stavmixer

Ugnsform

Kniv

# Bananpannkaka i ugn

## Bananpannkaka

Så här gör du

- Sätt ugnen på 200 grader
- Lägg alla ingredienser i en bunke
- Kör med stavmixer tills det blandat sig väl
- Häll i en ugnssäker form
- Strö på den hackade mandeln
- Grädda i ugnen i 20 minuter

[Bananpannkaka](#) unknown

Servera din Bananpannkaka med härliga bär och eventuellt lite [vispad kokosmjölk](#).

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore.se](#) [\[shoppingcarticon\]](#)