

Fläskpannkaka

FLÄSKPANNKAKA

Receptet är för 2 personer

6 st ägg

1 st banan

1-2 msk kokosolja

125 gram bacon eller rimmat sidfläsk

HUSGERÅD

Måttsats

Bunke

Stavmixer

Ugnsform

Fläskpannkaka

Fläskpannkaka

Så här gör du

- Sätt ugnen på 225 grader
- Knäck äggen i en bunke
- Tillsätt bananen, kokosoljan och kryddor
- Mixa med stavmixer till slät smet
- Häll upp i ugnssäker form
- Dela baconen/sidfläsket i mindre bitar och fördela över pannkakan
- Grädda mitt i ugnen i 20 min

Låt pannkakan vila några minuter innan du serverar den. Vår [Paleolingonsylt](#) passar utmärkt till!

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus

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