

Pepparkaksplättar

PEPPARKAKSPLÄTTAR

Ger 12 stycken

TILLAGNINGSTID:

20 minuter

4 st ägg

2 st banan

2 tsk kanel

1 tsk mald kardemumma

1 tsk mald nejlika

2 tsk fiberhusk

HUSGERÅD

Bunke

Måttats

Stavmixer

Stekpanna

Allergiinformation: Receptet innehåller ägg och fiberhusk.

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore, Hemköp och Bagaren & Kocken.

Pepparkaksplättar

Pepparkaksplättar

Den ljuvliga smaken av pepparkakor som får oss att tänka på advent, levande ljus, glögg, gemenskap och jul är något vi gärna längtar till.

Med dessa goda Pepparkaksplättar som du med fördel serverar tillsammans med [Paleolingonsylt](#) infinner sig den rätta julkänslan.

Så här gör du

- Gör en omgång med härlig Paleolingonsylt. [Länk till receptet recept för Paleolingonsylt hittar du här](#)
- Knäck ner äggen i en bunke och tillsätt banan, kanel, kardemumma, nejlika och fiberhusk
- Mixa med hjälp av en stavmixer till en slät smet
- Stek dina plättar i lite [ghee](#) eller [kokosolja](#) i en stekpanna, t.ex en [GreenPan](#), tills de fått en vacker gyllene färg
- Lägg på upp på fat och servera

Unna dig nystekta Pepparkaksplättar med Paleolingonsylt och låt den rätta känslan av advent och jul att infinna sig. Tid att Njuta och bara vara!



Paleo så gott och så enkelt!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken](#)



Paleo för ett hälsosammare liv!

Jenny & Magnus Andersson

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboks författare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.