

Stekt banan med hackad mandel

STEKT BANAN MED HACKAD MANDEL

För 2 personer

TILLAGNINGSTID:

5 minuter

2 st banan

0,5 dl mandel

(att steka i) kokosolja

HUSGERÅD

Måttsats

Stekpanna

Kniv

Stekt banan med hackad mandel

Stekt banan med hackad mandel

Ett jätteenkelt och gott tillbehör till våfflor, pannkakor, plättar och ugnspannkaka. Går snabbt att göra och ger det där lilla extra till rätten.

Innehåller endast två ingredienser – [banan](#) och [mandel](#) – sedan stekar man i t.ex. kokosolja. Kan inte bli enklare och det blir ett supergott tillbehör!

Så här gör du

- Hetta upp en [stekpanna](#) och klicka i [kokosolja](#)
- Skiva bananerna
- Stek bananskivorna några minuter på varje sida så dom blir mjuka och får lite färg
- [Hacka mandeln](#)
- Häll den hackade mandeln över bananerna och låt de steka ihop någon minut i stekpannan

Passar utmärkt på våra [Paleovåfflor](#) som ett enkelt och smaskigt tillbehör.

Paleo så gott och så enkelt!

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



Paleo för ett hälsosammare liv!

Jenny & Magnus Andersson

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboksförfattare 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.
