# Hot cakes de avena

| Tiempo de preparación | Porciones | Ideal para | Nivel |
|---|---|---|---|
| 35 min. | 4 | Desayuno<br>Cenas | Fácil |

.

## Ingredientes

50 ml Clara de Huevo San Juan o 1 pieza de Huevo San Juan

2 tzas Avena natural

320 ml Leche

1 pza Plátano

1/2 cdita Canela en polvo

3 g Azúcar stevia

10 ml Extracto de vainilla

11/2 cdita Polvo para hornear

40 g Mantequilla

Sal

## Preparación

1. Moler en una licuadora la leche, el plátano, la vainilla, la azúcar stevia y la sal.

2. Agregar las dos tazas de avena, la canela y el polvo para hornear y continuar moliendo por 2 minutos aproximadamente.

3. Agregar la Clara de Huevo San Juan o la pieza de Huevo San Juan y procesar ligeramente para que se integre.

4. Calentar una sartén, colocar un poco de mantequilla solo para engrasar.

5. Incorporar una porción de 70 a 100 ml de la mezcla al sartén, esperando que las orillas doren y comiencen a salir burbujas en la superficie para posteriormente voltear y continuar la cocción.

6.Colocar en el plato deseado y acompañar con frutas al gusto.