

Hot cakes de chocolate



Tiempo de
preparación

30 min.

Porciones

4

Ideal para

Desayuno

Nivel

Fácil

Ingredientes

½ taza de Claras de Huevo San Juan

1 ½ tazas de leche de coco

¼ de taza de yogurt griego

1 cucharada de aceite de coco

1 taza de harina integral

1 taza de harina de amaranto

3 cucharadas de fruta del monje

4 cucharadas de cocoa

1 cucharada de polvo para hornear

1 plátano

Fresas para decorar

Miel de agave para decorar

Preparación

1. Licua la harina de amaranto, la harina integral, la cocoa, la fruta del monje, el plátano, la leche de coco, el yogurt griego, el polvo para hornear, las Claras de Huevo San Juan® y el aceite de coco. Licua por 5 minutos o hasta tener una mezcla homogénea.
2. En una sartén derrite un poco de aceite de coco, sirve con ayuda de un cucharón la mezcla de hot cakes. Cocina por 5 minutos a fuego medio
3. Coloca en un plato extendido y apila los hot cakes
4. Decora los hot cakes con rebanadas de fresa y acompaña con miel de agave.