

Hanf-Bananen Pancakes

Hanf-Bananen Pancakes

Rezept + Foto von Martina S.

Zutaten:

- 1 reife Banane – zerdrücken
- 1 Ei
- 2 El Hanfsamen geschält
- 1 El Hanfblattpulver
- 1 El Kakaonibs
- Ev. 1 El Hanfproteinpulver

So geht's

Alle Zutaten gut verrühren, in beschichteter Pfanne in wenig Kokosöl ausbacken, mit frischem Obst, Nüssen, Datteln,...genießen.

Vielen Dank an Martina S. für das Rezept