

Mini Pancake alle albicocche

Basta un tocco di originalità per creare una gustosa e
deliziosa colazione.

Soffici mini pancake a base di profumatissime albicocche
diventano una vera delizia a forma di torta

Ingredienti per i mini pancake

- 90 g albicocche
- 70 g albume
- 30 g yogurt greco/skyr
- 20 g farina di avena
- 20 g fiocchi di avena
- 10 g noci
- dolcificante a piacere
- 1 pizzico di bicarbonato
- 1 cucchiaino succo di limone



Ingredienti per la crema

- 100 g budino proteico al gusto caramello
- 10 g latte
- 10 g cacao
- Dolcificante q.b.

Ingredienti per decorare

- albicocche
- noci



Procedimento

- Frullare in un mixer tutti gli ingredienti fino ad ottenere una pastella liscia ed omogenea
- Aggiungere un pizzico di bicarbonato e un po' di succo di limone. Lasciar riposare l'impasto per almeno 30 minuti.
- Scaldare la padella antiaderente
- Cuocere mini pancake da entrambi i lati
- Creare gli strati e farcire con la crema al budino proteico al gusto caramello e cacao
- Decorare con degli spicchi di albicocche appena tagliati e noci



