

## Pancakes met banaan

([www.AH.nl](http://www.AH.nl), sd)

Een gezond en lekker ontbijtje!

### Benodigheden:

- 200 gram volkorenmeel
- 1 tl bakpoeder
- 300 ml halfvolle melk
- 1 middelgroot ei
- 1 rijpe banaan
- 2 el arachideolie
- 150 gram verse blauwe bessen
- 140 gram verse frambozen

### Aan de slag!

#### Stap 1

Zeef boven een grote mengkom het volkorenmeel met de bakpoeder. Schenk de melk erbij en roer met een garde tot een papje. Klop het ei erdoor.

#### Stap 2

Prak met een vork in een andere kom de banaan tot een moes. Roer de banaan door het beslag.

#### Stap 3

Verhit de olie in een koekenpan. Schep drie hoopjes beslag in de pan en bak de pannenkoekjes ongeveer drie minuten op één kant.

#### Stap 4

Keer ze met een spatel als de bovenkant een beetje gestold is. Bak ze nog twee minuten aan de andere kant.

#### Stap 5

Leg ze op een bord en dek af met een omgekeerd tweede bord. Bak zo nog meer pannenkoekjes, tot het beslag op is. Verdeel de bessen en de frambozen erover.

**Eet smakelijk!**