

Ovesné lívanečky s ovocem

Časová náročnost: 15 minut

Seznam přísad

60 g	ovesné vločky
asi 25 g	ořechy (vlašské nebo lískové)
1 lžíce	kakao
2 ks	vejce
6 lžíce	bílý jogurt
2 lžíce	med
	trochu vody
	olej na smažení (nejlépe kokosový)
podle chuti	zakysaná smetana
	ovoce na ozdobu



Postup přípravy

Ovesné vločky spolu s ořechy rozmixujeme na jemnou mouku. Přidáme kakao, vejce, bílý jogurt, med a trochu vody. Pokud je směs příliš hustá, přidáme ještě trochu vody nebo jogurtu. Pokud je naopak moc řídká, přisypeme rozmixované ovesné vločky. Mělo by nám vzniknout těsto přibližně stejně husté jako na palačinky. Na rozehřátou kvalitní nepřilnavou pánev dáme trochu oleje, necháme rozehřát a smažíme malé silnější lívanečky z obou stran. Dáváme pozor, aby se nám nepřipalovaly. Poté naskládáme na sebe na talíř, zalijeme zakysanou smetanou (doporučujeme třeba naše ochucené zakysané smetany) a dozdobíme kousky čerstvého ovoce. Ihned podáváme.