

MARÍA

PAN Y BOLLERÍA · VEGETARIANO

Tortitas

2 raciones · 603 kcal

Ingredientes

- **1** huevo
- **2 cdas** azucar (30 gr)
- **2 cdas** aove
- **1/2** vaso leche (190 ml)
- **130 gr** harina
- Pizca de sal y de levadura royal
- Esencia de vainilla

TOPPINGS

- Mantequilla
- Miel
- Arándanos

POR RACIÓN

Proteínas	**12 g**
Grasas	**25 g**
Hidratos	**83 g**
Fibra	**3,3 g**

Elaboración

1. Añadir todos los ingredientes a una jarra o vaso y triturar con la batidora de mano hasta tener una mezcla homogénea
2. Calentar una sartén con un poco de mantequilla
3. Con la sartén a fuego medio-alto, añadir un poco de mezcla y, cuando salgan burbujas en la superficie, darles la vuelta
4. Apilar las tortitas, poner un trocito de mantequilla encima, un poquito de miel y unos arándanos

RECOMENDACIONES

Puedes poner los toppings que quieras: granola, fresas, mermeladas, etc

Hecho con CookNest