

Las Recetas de la Chef Pipa



INGREDIENTES

- 1 taza de harina de trigo integral (120 g)
- 2 cucharaditas de levadura química
- 1 cucharadita de canela en polvo
- 1/8 cucharadita de sal
- 3/4 taza de leche
- 1 huevo L
- 2 plátanos grandes maduros
- 1/2 cucharadita de extracto de vainilla
- 40 gr de mantequilla

Si añadimos a la leche 30 ml. de vinagre blanco y esperamos 10 minutos, la leche se cortará y conseguiremos una buttermilk casera. Tus tortitas serán más esponjosas.

Tortitas de plátano

UN DESAYUNO INTEGRAL DELICIOSO

Unas tortitas saludables con harina integral y sin azúcar. El dulce lo podrás añadir en forma de sirope, miel y limón, nata o chocolate. ¡Disfruta!

PERSONAS 4 TIEMPO 35 MINUTOS DIFICULTAD FÁCIL

| DESAYUNO, DULCE, FÁCIL, INTEGRAL, MERIENDA, POSTRE, SALUDABLE

- 1. Mezclamos los ingredientes secos** (la harina, la levadura, la canela y la sal) en un bol grande.
- 2. Fundimos la mantequilla** en el microondas o en un cazo y reservamos.
- 3. Añadimos los ingredientes líquidos** (la leche, el huevo batido, los plátanos machacados o triturados y el extracto de vainilla) **y removemos hasta obtener una masa homogénea.**
- 4. Añadimos la mantequilla fundida una vez fría.**
- 5. Calentamos la sartén a fuego medio y echamos parte de nuestra mezcla.** Cocinamos hasta que asomen unas burbujas y sea fácil darle la vuelta con ayuda de una espátula. Si se pega la masa a la sartén, añadimos un poco de mantequilla.
- 6. Servimos con tus toppings preferidos**, como por ejemplo fruta, chocolate, miel y limón, sirope, nata...



#CocinaConPipa

www.chefpipa.com

Sigue los pasos de la video-receta

