



# פנקייק כוסמת

**מצרכים:**

1 כוס כוסמת ירוקה

2 בננות

1 כוס חלב שקדים (או כל חלב צמחי אחר)

**אופן ההכנה:**

משרים את הכוסמת במים במשך 4 שעות (או עד שהכוסמת מתרככת)

לריכוך מהיר יותר ניתן להשרות את הכוסמת במים רותחים למשך חצי שעה. מסננים ושוטפים.

טוחנים בבלנדר ויטמיקס במהירות גבוהה במשך 15 שניות את הכוסמת המסוננת, הבננות ואת חלב השקדים

מטגנים את הפנקייקים במחבת הקרמית של אוזרי

**בתיאבון!**