1 PORCJA
ok 600
KCAL

Racuchy z jabłkiem

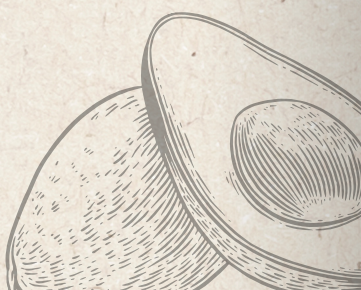
15 min

składniki

jajko	3 szt
jabłko	1 szt
cynamon	1/2 łyżeczki
maka kokosowa	1 czubata łyżka
oliwa z oliwek	1 łyżka

Przygotowanie

Jajka roztrzep widelcem na puszystą masę dodaj mąkę kokosową, wymieszaj. Dodaj odrobinę cynamonu. Wymieszaj do uzyskania gładkiej konsystencji. Jabłko zetrzyj na tarce. Odciśnij dokładnie sok. Jabłka bez soku dodaj do masy. Usmaż racuchy na oliwie oprusz cynamonem.

Potrzebne będzie

miska większa
patelnia
tarka