

Przy **GOTUJMY** LEPSZY ŚWIAT

Gofry orkiszowe

z kremem kakaowym (daktylowo-bananowym)
i świeżymi owocami



Składniki

Receptura na 3-4 porcje

Mąka orkiszowa lub pszenna pełnoziarnista	2 szklanki
Mleko roślinne	1,5 szklanki
Siemię lniane	4 łyżki
Olej rzepakowy	1/4 szklanki
Cukier trzcinowy	2 łyżki
Cynamon mielony	1 łyżeczka
Soda oczyszczona	1/4 łyżeczki
Proszek do pieczenia	2 łyżeczki
Szczypta soli	
Banany	2 szt.
Daktyle	60 g
Kakao naturalne	2 łyżki
Kiwi	2 szt.
Truskawki	10 szt.
Borówki	50 g
Brzoskwinia	1 szt.

Wykonanie:

Do mleka roślinnego dodać olej, cukier, proszek do pieczenia, sodę i cynamon i szczyptę soli oraz zmiksowane siemię lniane. Dodać mąkę i wyrobić na gładką masę. Na rozgrzanej gofrownicy wylewamy ciasto.
Krem kakaowy: Daktyle moczyć przez 20 min. Banana miksujemy z daktylami bez pestek. Dodajemy kakao.
Na gofra nakładamy krem, dekorujemy owocami.