

PANCAKES DE TRIGO SARRACENO



Ingredientes (2 porciones)

Pancakes

- $\frac{2}{3}$ taza de harina de trigo sarraceno
- $\frac{2}{3}$ taza de agua filtrada o leche vegetal
- 1 cucharada de aceite de coco, más extra para cocinar los pancakes
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1 cucharadita de polvos de hornear

Salsa de chocolate

- 3 cucharadas de aceite de coco
- $\frac{1}{2}$ taza de crema de coco
- 3 cucharadas de cacao en polvo
- 1 cucharadita de miel cruda y sin filtrar

Sugerencias para acompañar

- 1 banana cortada en trozos medianos
- Berries frescos

Preparación

1. En un bowl, mezclar todos los ingredientes con agua filtrada (o leche vegetal) hasta que se consiga un batido líquido homogéneo, sin grumos y más bien espeso.
2. En una sartén pequeña a fuego mediano, calentar aceite de coco suficiente para cubrir la superficie. Agregar batido y esparcir hacia los bordes desde el centro. Cuando la masa comience a burbujear, dar vuelta y cocinar hasta que quede dorada. Repetir con el resto de la mezcla.
3. Entre tanto, en una olla pequeña, calentar el aceite de coco, crema de coco, cacao en polvo y miel a fuego lento. Revolver hasta que todo se haya derretido y mezclado bien.
4. Una vez que los pancakes estén listos servir con acompañamiento deseado y bañar con la salsa de chocolate.