



## Havermoutpannenkoekjes met banaan, kaneel en appel

**Deze appel-kaneel-banaan havermoutpannenkoekjes zijn ideaal als ontbijt of als lunch! Lekker met honing of wat stevia zoetstof! Of voor de kids met een klein beetje suiker of poedersuiker natuurlijk!**

### Wat heb je nodig?

Voor 6 pannenkoekjes

100 ml melk

1 banaan

1 ei

120 gr havermout

1 appel

1 tl kaneel

eventueel wat honing

### Hoe maak je het?

Prak de banaan met een vork in een kom helemaal fijn

Zo kan je mooi zien hoeveel water/vocht er in zo'n banaan zit!

Voeg hierna de havermout, de melk, de kaneel en het ei toe

Meng alles goed door elkaar

Rasp de appel boven de kom en voeg eventueel wat honing toe

Meng dit ook weer goed door elkaar

Giet een klein scheutje olie in de pan en bak de pannenkoekjes in ongeveer 2 minuten per kant.

Smullen!!!

**Geniet!**