



✂ Ontbijt ⌚ 30 min

Gemakkelijke pannenkoeken met Chiquita-banaan, gemengd rood fruit en bananenchips

Ons recept voor Chiquita-bananenpannenkoeken is luchtig, licht en fruitig: het perfecte ontbijt voor het hele gezin.

1

Meng haver, zout en bakpoeder door elkaar.

2

Klop de eieren.

3

Prak de Chiquita-banaan met een vork en meng het door de geklopte eieren en de Griekse yoghurt. Voeg het havermengsel toe en meng alles goed door elkaar.

4

INGREDIËNTEN VOOR 2 PERSONEN

1 Chiquita banaan
65 g havermout
2 eieren
15 g Griekse yoghurt
21 g bakpoeder
Aardbeien, frambozen en kruisbessen
10 Chiquita-bananenchips
Snufje zout
boter of olijfolie om te bakken

VOEDINGSWAARDEN PER PERSOON

396 Calorieën
14,4 g Vetten
3,8 g Verzadigde vetten
50 g Koolhydraten
21,5 g Suikers
5,2 g Voedingsvezel
12,9 g Eiwit
0,9 g Zout

Verwarm de olie of boter in een pan en maak pannenkoeken.

5

Leg het rode fruit en de Chiquita-bananenchips op de pannenkoeken.

6

Geniet van uw bananenpannenkoeken en deel het recept op #ChiquitaBanana