

## ciasto bananowe

### FORGIELKA



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
1 - 2

### SKŁADNIKI

<b>płatki owsiane</b>	1 szkl
<b>mąka pszenna</b>	5 łyżek
<b>miód</b>	1 łyżka
<b>ziarna słonecznika</b>	4 łyżki
<b>rodzynki</b>	4 łyżki
<b>olej</b>	1 łyżka
<b>banan</b>	1 kg

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Banany obieramy, odcinamy końcówki i drobno rozcieramy widelcem na talerzyku. Dodajemy pozostałe składniki i dokładnie mieszamy. układamy na blaszce pokrytej tłuszczem i otrębami. Pieczemy przez 30 minut w temp. 150°C