

# Tortitas de Zanahoria

*Me encanta hacer desayunos especiales para mi familia los fines de semana. Disfruto de un momento agradable y relajado con los míos. Y como no, ¡Un desayuno saludable y apetitoso es el colofón! Esto me ayuda a cargarme de energía positiva para todo el día ;)*

## INGREDIENTES:

- 1 Taza Harina integral (130g aprox)
- 1 Taza Zanahoria rallada fina (130g aprox)
- 1 Taza Leche o bebida vegetal (200ml)
- 1 Huevo
- 1 Cucharada aceite oliva
- 1 Cucharada panela, xilitol, Stevia o sirope de dátiles
- 1 Cucharadita canela molida
- 2 Cucharaditas Levadura "Royal"

4  
Raciones



## ELABORACIÓN:

1. Mezclar todos los ingredientes secos en un bol: harina, levadura, canela y el endulzante de elección.
2. Agregar el huevo, leche, aceite y zanahoria rallada. Triturar
3. En una sartén antiadherente, engrasar ligeramente con aceite y verter cucharadas de la mezcla (algo separadas entre sí, porque tienden a expandirse un poco).
4. Esperar un par de minutos hasta que veamos los bordes cuajados y la superficie llena de burbujitas, con cuidado dar la vuelta y cocinar unos segundos más del otro lado. Repetir el paso hasta que se acabe toda la mezcla (a mí me han salido 24uds.)
5. Tomar junto un vaso de leche, yogur o tu infusión favorita.