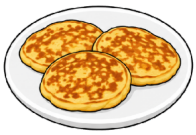
Bananplättar

Tema: Mat och dryck



1 portion · cirka 20 minuter

Det här behöver du



1 st banan



2 st ägg



1 tsk rapsolja





1 tsk

Redskap



skål



gaffel



stekpanna



stekspade



teskedsmått



tallrik

Bananplättar

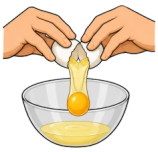
Tema: Mat och dryck

Gör så här

1  Tvätta händerna. ☐

2  Skala bananen. ☐

3  Mosa bananen i skålen. ☐

4  Knäck äggen i skålen.

Säkerhet: Rått ägg. Smaka inte. Tvätta händerna efteråt. ☐

5  Tvätta händerna efter äggen.

Säkerhet: Rått ägg. Smaka inte. Tvätta händerna efteråt. ☐

Bananplättar

Tema: Mat och dryck

6 

Vispa ihop banan och ägg. ☐

7 

Värm oljan i pannan på medelvärme.

Säkerhet: Het spis. En vuxen är med. ☐

8 

Stek små plättar cirka 2 minuter per sida tills mitten har stelnat.

Säkerhet: Het spis. En vuxen är med. ☐

9 

Stäng av spisen.

Säkerhet: Het spis. En vuxen är med. ☐

10 

Låt plättarna svalna. ☐