

Pancake al cocco con salsa all'ananas

Tempo totale **40 Min** **40 Min** Tempo di preparazione

INGREDIENTI

4 Porzioni

Per la salsa:

- 1** ananas matura
- 2 cucchiaini** Teriyaki Marinata Senza Glutine Kikkoman
- 1 cucchiaino** di miele
- 2** rametti di menta

Per i pancake:

- 4** uova
- 400 ml** di latte di cocco
- 2 cucchiaini** di vanillina
- 200 g** di farina senza glutine
- 1 cucchiaino** di lievito per dolci
- 1 pizzico** di sale
- olio per friggere

PREPARAZIONE

Passaggio 1

Mondare l'ananas e tagliare la polpa a dadini di circa 1 x 1 cm. Riporre i pezzetti in una ciotola e mescolarli con la salsa Marinata Teriyaki senza glutine e il miele. Tritare finemente la menta e amalgamare il tutto. Mettere da parte.

Passaggio 2

Rompere le uova e separare i tuorli dall'albume. In una ciotola sbattere i tuorlo d'uovo con il latte di cocco e la vanillina. In un recipiente più alto montare a neve l'albume, e aggiungere un pizzico di sale.

Passaggio 3

Unire il lievito alla farina, aggiungere un pizzico di sale, quindi mescolare il tutto e amalgamare insieme al tuorlo. Lentamente aggiungere il tutto all'albume sbattuto continuando a mescolare. In una padella antiaderente scaldare un filo d'olio. Per ogni pancake, versare circa 2 cucchiaini nella padella e cuocerli in sequenza. Servire i pancake con la salsa di ananas.