

I N G R E D I E N T E S

PAN DUKÁN

2 cdas de salvado de avena

1 cda de salvado de trigo

1 cda de queso blanco

1 huevo

Aceite de oliva

P R O C E D I M I E N T O

- 1- En un bol mezclar 2 cdas de salvado de avena + 1 cda de salvado de trigo + 1 pizca de sal + 1 cda de queso blanco + 1 huevo (ó solo la clara).
- 2- Revolver.
- 3- En una sartén con una gota de aceite de oliva poner la preparación haciendo dos círculos. Acharar con la parte de atrás de la cuchara. Dar vuelta y dorar del otro lado.

