

Bovetepannkakor med kolasås på dadlar

Bovetepannkakor

3 st ägg
2.5 dl bovetemjöl
1 msk agavesirap eller honung
1 nypa bakpulver
1.5 dl mjölk, veg eller komjolk
2 msk kokosolja eller smör, till stekning

Karamellsås med dadlar

6-7 st färska dadlar, urkärnade
0,5 dl solrosfrön
1 msk äppelcidervinäger
1 nypa salt
2 msk vatten

Topping

2 st röda äpplen
1 msk kokosolja
0,5 tsk kanel
1 tsk kokossocker eller honung
0,5 dl mjölk, veg eller komjolk