**Pancakes z batatów z syropem**

**Składniki dla 4 osób:**

Razem 400 g batatów

Syrop: 

100 g drobnego cukru

150 ml soku pomarańczowego

20 g syropu klonowego

Naleśniki:

1 pomarańcza w całości

2 jajka (w rozmiarze L)

50 g tłustego twarogu

50 g cukru kokosowego

2 szczypty soli

50 g mąki typu 405

50 g płatków owsianych błyskawicznych

2 łyżeczki proszku do pieczenia

Ponadto:

80 g masła do smażenia

150 g malin do udekorowania

Ewentualnie cukier puder i mięta do przybrania

**Przygotowanie:**

1. Do syropu obrać 150 g batatów, zetrzeć na drobnej tarce i podgrzać razem z cukrem, sokiem pomarańczowym i syropem klonowym do 110°C. Następnie przetrzeć przez drobne sito i ostudzić.
2. Sparzyć pomarańczę wrzątkiem, osuszyć, zetrzeć skórkę na drobnej tarce i wycisnąć sok (potrzebne będzie 80 ml). Pozostałe 250 g batatów obrać ze skórki, pokroić w kostkę i ugotować na miękko w soku pomarańczowym, następnie ostudzić.
3. Oddzielić żółtka od białek. Zmiksować bataty z żółtkiem, twarogiem, cukrem, sokiem pomarańczowym i skórką z pomarańczy na purée. Białko jaja ubić na sztywno ze szczyptą soli. Zmieszać mąkę z płatkami owsianymi i proszkiem do pieczenia, a następnie delikatnie zmieszać z pianą z białek i masą z batatów.
4. Na patelni smażyć na maśle małe naleśniki. Podawać z malinami i syropem, według uznania przybierając miętą i cukrem pudrem.

**Czas przygotowania:** 75 minut

**Wartości odżywcze w jednej porcji:**

Energia: 610 kcal/2560 kJ

Białko: 10 g; Tłuszcz: 23 g; Węglowodany: 87 g