

ORDENA LA RECETA

Incorporamos el plátano machacado y vamos mezclándolo todo hasta que quede una masa que se pueda manejar con las manos sin que se pegue.



Vertemos el agua, el aceite y un pizquito de sal y con la ayuda de una cuchara vamos mezclando todo hasta que se haga una masa.



En una hondilla grande ponemos el gofio y el azúcar. Removemos bien.



Se hace la forma con las manos o con la ayuda de papel film y se sirve en una bandeja.



Agregamos las cucharadas de miel y mezclamos.

MIEL



1

2

3

4

5