

Pancakes



Zutaten

für 2 Personen

60 g Dinkelmehl 1050
140 g Pflanzenmilch (Soja oder andere)
1 EL Agavendicksaft
1 gestr. TL Backpulver
Salz
½ TL Vanille
30 g gepuffter Amaranth
Fruchtkompott/Früchte der Saison

Zubereitung

Mehl mit Backpulver mischen, dann Milch und Agavendicksaft einrühren, danach Salz und Vanille zufügen. Zum Schluss den gepufften Amaranth unterheben. Jeweils 1-2 EL des Teigs in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze von jeder Seite ca. 3-4 min. braten.

Mit Fruchtkompott servieren oder mit Bananenscheiben und frischen Früchten der Saison belegen.