

Vegane Blaubeer-Pancakes mit Bananen und Ahornsirup

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

15
Min.

NIVEAU



Zutaten für 10 Stück

Für den Teig

400 g Mehl
2 Teelöffel Backpulver
1 Teelöffel Vanilleextrakt
1 Zitrone (abgeriebene Schale)
400 ml Mandelmilch
2 sehr reife mittelgroße Bananen
150 g Blaubeeren
1 Esslöffel Kokosöl

Für das Topping

1 Handvoll Blaubeeren
1 Handvoll Himbeeren
1 Handvoll Brombeeren
Ahornsirup zum Garnieren

Es gibt ja viele, die behaupten, dass vegane Süßspeisen und Backwaren nicht schmecken. Aber zum Glück kann man diese kritischen Stimmen mit zahlreichen Beispielen vom Gegenteil überzeugen. Allen voran diese köstlichen Blaubeer-Pancakes, denn sie schmecken so unglaublich gut, dass sie einfach zu jedem Sonntagsfrühstück dazugehören sollten.

Statt Ei und Milch sind in dieser Variante Bananen und Mandelmilch die veganen Vertreter. Übereinandergestapelt und mit Beeren und Ahornsirup garniert, machen die Pancakes nicht nur geschmacklich, sondern auch optisch richtig was her!

- 1 -

Zitronenschale abreiben. Mehl mit Backpulver und Zitronenschale vermischen. Mandelmilch und Vanilleextrakt unterrühren.

- 2 -

Bananen mit einer Gabel zerdrücken, sodass ein homogener Brei entsteht. Bananen unter den Teig rühren. Blaubeeren vorsichtig unterheben.

- 3 -

In einer Pfanne Kokosöl zerlassen und nacheinander untertellergroße Pancakes ausbacken.

- 4 -

Pancakes übereinanderstapeln. Mit Früchten und Ahornsirup garnieren.