

Vegane Pfannkuchen mit Mandelmilch

VORBEREITEN

10
Min.

RUHEN

30
Min.

ZUBEREITEN

15
Min.

NIVEAU



Zutaten für 2 Portionen

Für die Pfannkuchen

200 ml Mineralwasser
400 ml Mandelmilch
2 Teelöffel Backpulver
300 g Vollkornmehl
1 Prise(n) Salz
Kokosöl, zum Braten

Für das Topping

Puderzucker
Beeren nach Wahl
Ahornsirup
gehackte Mandeln

Wer hat eigentlich gesagt, dass süße Dekadenz nur eine Sache von ausgiebigen Brunches am Wochenende ist? Gut, die Gewissensbisse vielleicht, die sagen, dass jeden Tag Pancakes sich auf der imaginären Nährwerte-Liste leider nicht so gut machen. Außer natürlich, sie hüpfen als **vegane Pfannkuchen mit Mandelmilch** und **Vollkornmehl** und ganz ohne zusätzliche Süßungsmittel aus deiner Pfanne! Und weil ein bisschen Naschen dann doch noch niemandem geschadet hat, verpassen wir den fluffigen

Schätzchen noch eine Krone aus **Beeren, Puderzucker und Ahornsirup**. So schön kann Aufstehen sein!

- 1 -

Sämtliche trockenen Zutaten in einer großen Schüssel verrühren. Mandelmilch nach und nach hinzugeben und mit einem Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren.

- 2 -

Teig 30 Minuten stehen lassen. Im Anschluss nach und nach Mineralwasser mit einem Gummispatel unterheben.

- 3 -

Etwas Kokosöl in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze schmelzen. Pro Pfannkuchen ca. 2 Suppenkellen Teig hineingeben. Pfannkuchen von einer Seite etwa 3-5 Minuten backen, bis er goldbraun ist. Dann wenden und auch von der zweiten Seite goldbraun backen. Mit restlichem Teig wiederholen.

- 4 -

Fertige Pfannkuchen mit Beeren, Ahornsirup, gehackten Mandeln und Puderzucker garnieren und warm servieren.