

Bananen Pancakes

Rezept und Zubereitung



Wir
wünschen
gutes
Gelingen!

Rezept für ca. 6 Stück

- 90 g Haferflocken (Bio Qualität)
- 120 ml Mandelmilch
- 1 Banane
- ½ TL Zimt
- ¼ TL Salz
- Bio Rapsöl zum Anbraten)

Zubereitung

1. Haferflocken in einen Mixer geben und fein mahlen
2. Banane in Stücke schneiden und mit den restlichen Zutaten in den Mixer geben
3. Alles nochmal gut mischen, bis ein Teig entsteht
4. Etwas Rapsöl in eine Pfanne geben und erhitzen
5. Den Teig in ca. 10 cm großen Pancakes in der Pfanne braten

In Kooperation mit:



LAND KÄRNTEN

