Rezept Amaranth Pancakes

Produktfotos

Kurzbeschreibung

- Lecker & einfach

Beschreibung

Zutatenliste

Zutaten

60 g	Dinkelvollkornmehl **(Eigenbeschaffung)**
130 ml	Selbstgemachte Hafermilch, (oder andere Pflanzenmilch nach Wahl) **(Eigenbeschaffung)**
6 g	Selbstgemachter Haferjoghurt, 3 EL **(Eigenbeschaffung)**
30 g	Gepuffter Amaranth **(Eigenbeschaffung)**
20 g	Agavendicksaft **(Eigenbeschaffung)**
1 TL	Backpulver **(Eigenbeschaffung)**
1 g oder **1 Prise** oder **0,5 TL**	Salz **(Eigenbeschaffung)**
	Vanillepaste, (oder etwas frische Vanille) **(Eigenbeschaffung)**
	Öl, für die Pfanne **(Eigenbeschaffung)**

Zubereitung

1. Alle Zutaten, außer dem Amaranth, in eine Schüssel geben und vermengen.
2. Anschließend den Amaranth vorsichtig unter die Masse heben.
3. Etwas Öl in die Pfanne geben und die Pancakes von beiden Seiten goldbraun anbraten.
4. Pancakes übereinander stapeln und die Bereiche dazwischen mit dem angetauten Mus und etwas frischem Obst auffüllen.

Mehr Informationen

Artikelnummer	002100435
Eigenschaften	vegetarisch, vegan
Schwierigkeit	Leicht
Dauer	00:15
Variante	6 Stck.
Signal Wort	Nein
Package Amount	6.000000

Preise

Zutaten

	Öl	0,00 €
	Vanillepaste	0,00 €
	Salz, 1 g	0,00 €
	Backpulver	0,00 €
	Agavendicksaft	0,00 €

	Gepuffter Amaranth	0,00 €
	Selbstgemachter Haferjoghurt	0,00 €
	Selbstgemachte Hafermilch	0,00 €
	Dinkelvollkornmehl	0,00 €

Zubehör

Thermometer 305 mm bis 100 °C, 1 St. 6,95 €

• Exakte Temperaturmessung bis 100?°C
• Extra lange 305?mm – ideal für tiefe Gefäße und Tiegel
• Hergestellt aus robustem, langlebigem Klarglas
• Ungiftiger, gut sichtbarer Alkohol für sicheres Messen
• Vielseitig einsetzbar: Cremes, Lotionen, Joghurt und mehr

Joghurtbereiter für Joghurt, Quark & Co., 1 St. 54,95 €

• Passt in jede Küche – kompakt, leise und stilvoll in Schwarz
• Bereitet Joghurt, Quark, Skyr, Kefir und mehr auf Knopfdruck zu
• Ermöglicht frische, natürliche Produkte ganz ohne Zusätze
• Ist kinderleicht zu bedienen und signalisiert das Ende der Fermentation
• Lässt sich perfekt mit unseren Kulturen und Rezepten kombinieren

Topf/Pfanne 0,00 €

Schüssel 0,00 €