

GRUNDREZEPT PANCAKES

FÜR 1 PERSON

50 g Mehl (Weizen- oder Vollkornmehl)
50 ml pflanzliche Milch (z. B. Hafermilch)
1 TL Backpulver
1 EL Öl zum Anbraten

50 g Geschmackszutaten z. B. Giersch oder Spinat

Mehl und Backpulver in einer Schüssel vermischen.
Pflanzliche Milch und Geschmackszutat vermischen und mit Mehl und Backpulver zu einem glatten Teig verrühren, bis keine Klümpchen mehr zu sehen sind. Nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen.
Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Bei mittlerer Hitze den Teig portionsweise in die Pfanne geben.
Von beiden Seiten anbraten (nicht zu lange, dann werden die Pancakes schön weich und fluffig).
Schön auf einem Teller anrichten - fertig :)

