

Pfannkuchen (Eierkuchen ohne Ei)

Menge: Reicht als Beilage oder als Nachtisch für 4 Personen.
Als süßes Hauptgericht für 2 Personen.

Zutaten: 50g Weizenmehl
3EL Haferflocken
2EL Sojamehl
2EL Honig
350ml Mineralwasser mit Kohlensäure
Öl zum Braten

Zubereitung: Alle Zutaten mischen und zu einen Pfannkuchenteig verrühren.

Den Teig mindestens 20 min abgedeckt quellen lassen.

Das Öl in der Pfanne erhitzen und die Pfannkuchen goldgelb backen.

Tips: