

# Rezept Amaranth Pancakes

## Produktfotos



## Kurzbeschreibung

---

- Lecker & einfach

## Beschreibung

---

# Zutatenliste

### Zutaten

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

## 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

---

### Zubehör Set



#### **Zubehör-Set, 1 St.**

17,95 €

- Grundausrüstung zur Herstellung von selbst gemachter Kosmetik / Seifen / Kerzen

## 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 €

