



Pfannkuchen

Portionen: 4

für die Pfannkuchen

- ◆ 200 g Dinkel oder Weizenmehl
- ◆ 100 ml Pflanzenmilch
- ◆ 2 EL Sojamehl oder 1 Ei
- ◆ 1 Prise Salz

für die Erdbeermarmelade

- ◆ 300g Erdbeeren (frisch oder gefroren)
- ◆ 1 EL Reismehl
- ◆ 1/2 TL gemahlene Vanille
- ◆ 100-150g Akazienhonig

Zubereitung

Die Pfannkuchen:

- Dinkel oder Weizen- in der Getreidemühle mahlen.
- Alle Zutaten zu einem Teig verrühren.
- Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und ca. 1- 2 Schöpfkellen (kommt auf die Grösse der Pfanne an) Teig in die Pfanne geben und ausbacken.

Erdbeermarmelade:

- Erdbeeren (frisch oder gefroren) in einem Mixer pürieren.
- 1 EL Reismehl, 1/2 TL gemahlene Vanille und 100-150g Akazienhonig dazugeben.
- Alles aufkochen und die Marmelade in Gläser füllen und über den Pfannkuchen geben.

Sooooo lecker!!!



Guten Appetit!