AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	15 Min.	ganzjährig	Deutschland

PFANNKUCHEN OHNE MEHL



KURZ VORGESTELLT

Laktosefreie Pancakes, auch das ist möglich. Für das Topping ist Haselnusscrème klassisch. Auf dem Foto eine Mischung aus Quark und der Lieblingskonfitüre des Kochs.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

2	Banane, grosse	1 EL	Bratbutter
4	Ei, mittelgross	8 EL	Rahmquark
0.5 Pr	Salz	4 EL	Konfitüre

ZUBEREITUNG

1. Banane klein schneiden und mit einer Gabel gut zerdrücken oder mit dem Pürierstab mixen.
2. Ei mit der Gabel zerschlagen und mit dem Bananenmus mischen.
3. In einer beschichteten Pfanne goldbraun ausbacken.
4. Dekorieren und sofort servieren.

Rezept: Chris Ignatz. Trick 17: Essen und trinken. frechverlag 2019 - Foto: Dieter Kuhn, Wohlen