

Pfannkuchen Rezepte

Saftiger Apfel Pfannkuchen

Anzahl: 1 Portion

Gattung: Nachtisch, Diabetes, Diät, Eierspeise, Pikant, Singles

25 g Weizen-Vollkornmehl
1 Ei; Gew.-Kl. 3
60 ml Milch; 1,5% Fett
1 Msp. Salz
flüssiger Süßstoff

100 g Äpfel; geschält u. entkern
5 g Butter oder Margarine
5 g Mandelblättchen
Zimt; zum Bestreuen

Mehl, Ei, Milch, Salz und etwas flüssigen Süßstoff in einer Schüssel verrühren. Apfel in Spalten schneiden.

Fett in einer Pfanne erhitzen. Pfannkuchenteig hineingießen. Apfelspalten in den noch flüssigen Teig legen. Pfannkuchen von beiden Seiten goldbraun braten. mit Mandelblättchen und nach Belieben mit Zimt bestreuen und anrichten.

:Zusatz : Zubereitungszeit

: : 15 Minuten

: : 320 kcal

: : 1340 kJoule