

Bananen-Pancakes

Zutaten für circa 9 Stück:

- 1 reife Banane
- 2 Eier
- 50 Gramm Dinkelmehl
- ½ Teelöffel Backpulver
- ¼ Teelöffel Zimt
- Nach Belieben zum Dekorieren:
Puderzucker, Erdbeeren oder Honig



1. Zerdrückt die Banane, am besten püriert ihr sie mit einem Pürierstab. Gebt die Eier hinzu und vermengt sie mit der pürierten Banane.
2. Mischt nun das Mehl mit dem Backpulver und dem Zimt und siebt die Mischung nach und nach dazu. Verrührt alles mit einem Schneebesen zu einem luftigen Teig.
3. Erhitzt eine große Pfanne (möglichst eine mit Antihafbeschichtung, damit die Pancakes nicht daran "festkleben") und bringt ein bisschen Butter (wirklich nur ganz wenig) darin zum schmelzen.
4. Füllt nun portionsweise Teig für drei Pancakes in die Pfanne.
5. Sobald sich auf der Oberseite Luftbläschen bilden, wendet ihr die Pancakes und wartet bis sie goldbraun sind.
6. Dekoriert sie mit Erdbeeren, Puderzucker oder Honig und lasst sie euch schmecken!