



Pancakes mit Amaranth - vegan

Zutaten:

60g Vollkornmehl
140ml Hafermilch / Sojamilch
20g Agavendicksaft
1 gestr. TL Backpulver
1 Pr. Salz
½ TL Vanilleextrakt
30g gepopptes Amaranth

Außerdem:

200g Himbeeren
1 Banane
etwas Agavendicksaft

Zubereitung:

Alle Zutaten für den Teig, bis auf den Amaranth, in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen zu einem Teig verrühren. Amaranth unterheben.

Pfanne etwas einfetten. Pro Pancakes ca. 1 EL Teig in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze ca. 4 Min. von jeder Seite braten. Ergibt ca. 6 Pancakes.

Pancakes abwechselnd mit Bananen und Himbeeren stapeln und zum Schluss mit etwas Agavendicksaft übergießen.