



Pancakes mit Ahornsirup

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Eier	4 St.
Zucker	30 g
Salz	
Weizenmehl, Type 405	300 g
Backpulver	2 TL
Milch	200 ml
Öl	2 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, große Pfanne, Handrührgerät mit Schneebesen

1. In eine Schüssel Eier aufschlagen und mithilfe eines Handrührers mit Schneebesen schaumig schlagen, sodass sich das Volumen deutlich erhöht.
2. Zucker, Salz, Mehl und Backpulver nach und nach unterheben. Milch einrühren, sodass ein leicht zähflüssiger Teig entsteht. Teig ca. 10 Min. ruhen lassen.
3. In einer Pfanne 1 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und jeweils 2–3 EL Teig zu kleinen Pancakes in der Pfanne verteilen. Ca. 2–3 Min. backen, bis sich auf der Oberfläche kleine Bläschen bilden, wenden und nochmals ca. 1 Min. goldbraun backen.
4. Mit dem übrigen Teig Vorgang wiederholen. Pancakes auf Tellern verteilen und mit Ahornsirup beträufelt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	446 kcal
Kohlenhydrate	68 g
Eiweiß	16 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	12 g