



# Pancakes mit Kirschquark

Zeit gesamt  
30min

Zubereitungszeit  
20min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Eier	4 St.
Zucker	20 g
Vanillinzucker	20 g
Salz	
Weizenmehl, Type 405	300 g
Backpulver	1 TL
Milch	200 ml
Rapsöl	2 EL
Sauerkirschen im Glas	200 g
Quark 20 % Fett i.Tr.	250 g
saure Sahne	100 g
Honig	75 g

## Zubereitung



### Küchenutensilien

mittlere Schüssel, große Pfanne, Handrührgerät mit Schneebesen

1. In eine Schüssel Eier aufschlagen und mithilfe eines Handrührgeräts mit Schneebesen schaumig schlagen, sodass sich das Volumen deutlich erhöht. Zucker, Vanillinzucker, Salz, Mehl und Backpulver nach und nach unterheben. Milch einrühren, sodass ein leicht zähflüssiger Teig entsteht.
2. 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. Vorgang mit dem übrigen Teig wiederholen.
3. Kirschen in ein Sieb geben und abtropfen lassen. In einer Schüssel Quark, saure Sahne und 2 EL Honig verrühren, Kirschen unterheben. Pancakes mit übrigem Honig beträufeln und mit Kirschquark servieren.

Viel Freude beim Genießen!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	650 kcal
Kohlenhydrate	98 g
Eiweiß	24 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	18 g