



Pfannkuchen-Röllchen

Zeit gesamt
15min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Erdbeeren	150 g
Heidelbeeren, frisch	100 g
Pfannkuchen	4 St.
Aprikosenkonfitüre	4 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

große Pfanne, Spieße

1. Beeren waschen und ggf. Grün entfernen. Eine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und Pfannkuchen auf beiden Seiten ca. 2 Min. erwärmen. Jeweils alle Pfannkuchen mit 1 EL Aprikosenkonfitüre bestreichen und zusammenrollen.

2. Pfannkuchen in ca. 3 cm breite Röllchen schneiden. Auf einem Schaschlikspieß abwechselnd Beeren mit Pfannkuchen-Röllchen aufspießen. Pfannkuchen-Spieße luftdicht verpacken und als Pausenbrot mitgeben oder sofort servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	150 kcal
Kohlenhydrate	27 g
Eiweiß	4 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	4 g