

Banane-Ei-Pfannkuchen

Zutaten

200 g Haferflocken
2 Bananen
3 Eier
1 TL Weinsteinbackpulver
TL Kokosöl
Ggf. 1 Prise Salz
Ggf. 1 TL Zimt

Zubereitung

- Haferflocken in Mixer geben und klein mixen
- Bananen, Eier und Backpulver hinzufügen
- Nach Belieben Salz und Zimt ergänzen
- Alles erneut kleinmixen
- Kokosöl in eine Pfanne geben und erhitzen
- Die Pfannkuchenmasse gleichmäßig in die Pfanne laufen lassen
- Die Massen bei mittlerer bis erhöhter Hitze auf einer Seite anbraten
- Ggf. mit einem Deckel abdecken, um die Hitze in der Pfanne zu halten
- Dann mit einem Pfannenwender den Pfannkuchen drehen, wenn er fest genug ist
- Pfannkuchen auf der anderen Seite fertig backen und evtl. noch mit weiteren Zutaten (frisches Obst, Mandelmuss, etc.) nach Belieben ergänzen