



Bananen Buchweizen Pfannkuchen

Mit der Alpro Soja-Joghurtalternative Natur mit Kokosnuss

Zubereitung

1. Zuerst Buchweizenmehl, Salz und Backpulver in einer Schüssel miteinander vermischen. In einer zweiten Schüssel die Banane zerdrücken und Soja-Joghurtalternative Natur mit Kokosnuss und Kokosnussdrink Original hinzufügen.
2. Anschließend beides zusammenrühren und im Mixer pürieren, bis eine glatte Konsistenz entsteht. Ist der Teig zu dick, mehr Kokosnussdrink Original hinzufügen.
3. Dann das Kokosöl auf mittlerer Flamme erhitzen. 3 EL Teig in der Pfanne verteilen und 3 bis 4 Minuten anbraten, wenden und weitere 2 Minuten braten. Wiederholen, bis kein Teig mehr übrig ist.
4. Zum Servieren die Buchweizenpfannkuchen mit Soja-Joghurtalternative Natur mit Kokosnuss und Granatapfelkernen (und nach Belieben Chiasamen) garnieren.
Perfekt zum Brunch!



4 Portionen



20Min.



Zutaten

- 200 ml Alpro Soja-Joghurtalternative Natur mit Kokosnuss
- 100 - 150 ml Alpro Kokosnussdrink Original
- 250 g Buchweizenmehl
- 1 große reife Banane
- 1 TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- 1 EL Kokosöl oder Alpro Soja Brotaufstrich oder Erdnussöl
- Garnierung:
 - 8 EL Granatapfelkerne
 - 4 EL Chiasamen (optional)

Zubereitet mit

Natur mit Kokosnuss



Kokosnussdrink Original



Soja-Brotaufstrich

