



Kürbis-Kokos Pancakes

Bring Abwechslung in dein Frühstück mit der Alpro Kochcrème Kokosnuss

Cuisine!

Zubereitung

1. Kürbis in kleine Stücke schneiden und diese in Wasser oder 200 ml Apfelsaft kochen. Wenn der Kürbis weich gegart ist, cremig pürieren. Apfel in feine Streifen schneiden.
2. Mehl, Backpulver und Lebkuchen-Gewürzmischung in eine Rührschüssel geben. Eier trennen. Nun Eigelbe und Honig in die Rührschüssel geben. Zum Schluss, Kochcrème Kokosnuss Cuisine und 200 ml Wasser hinzugeben und mit dem Mixer zu einem glatten Teig verarbeiten.
3. Eiweiße steif schlagen und vorsichtig mit einem Löffel unter den Teig heben. Nun 6 EL des Kürbis-Pürees ebenfalls hinzugeben.
4. Soja-Brottaufstrich in einer Pfanne erhitzen. Teig für einen Pancake in die Pfanne geben und von beiden Seiten gleichmäßig backen bis der Teig golden ist.
5. Pancakes mit übrigem Kürbis-Püree, Apfel Streifen und Agavendicksaft servieren. Genieße dieses Pancakes der besonderen Art!



4 Portionen



40min



Zutaten

- 250 ml Alpro Kochcrème Kokosnuss Cuisine
- 1 EL Alpro Soja-Brottaufstrich zum Braten
- 300 g Kürbis (z.B. Hokkaido)
- 250 ml Apfelsaft
- 125 g Mehl
- 2,5 TL Backpulver
- 1 TL Lebkuchen-Gewürzmischung oder Zimt
- 1 EL flüssiger Honig/ Agavendicksaft
- 2 Eier
- 1 Apfel

Zubereitet mit

Kokosnuss-Kochcrème Cuisine

