

Erdmandel-Pancakes



Zutaten: 2 mittelgroße Eier, 100g Buchweizenmehl, 3/4TL Backpulver, 25g Erdmandelflocken (die in der Konsistenz eher an gemahlene Nüsse als an Flocken erinnern!), 150ml Vollmilch, 1 Prise Salz, wenig Rapsöl für die Pfanne, Heidelbeeren, Ahornsirup oder flüssiger Honig

Zubereitung: Pfannkuchenteig aus ganzen Eiern, Mehl + Backpulver, Erdmandeln, Milch und Salz zubereiten, nur ein paar Minuten rasten lassen. Wenig Rapsöl in eine beschichtete Pfanne geben und erhitzen, mit einem kleinen Schöpfer Teig in die Pfanne schöpfen (in einer normalen Pfanne kann man 4 Pancakes nebeneinander zubereiten, sodass diese nicht ineinander laufen). Fertige Pancakes mit Heidelbeeren belegen und Honig oder Ahornsirup darüber geben. Alternativ kann auch ein Esslöffel Heidelbeeren pro Pancake direkt auf den Pancake in die Pfanne gegeben werden, mit umgedreht und somit in den Teig eingebacken werden.

Ein leckeres Frühstück!

Rezept: Eva Derndorfer

Foto ©: Andreas Baierl & Eva Derndorfer

Informationen über Erdmandeln in:

Derndorfer: „Genuss. Über Epikur, Erdmandeln und Experimente beim Essen.“

Maudrich Verlag 2011

