

Banane-Zimt Pancakes



Diese Pancakes sind das perfekte gesunde Frühstück. Einfach hergestellt und super lecker auch ohne Toppings.

Zutaten für circa 6-8 kleine Pancakes

- 2 Eier
- 1 Banane
- Circa 30-50g Haferflocken
- 2-3 gehäufte TL Mehl
- ½ TL Backpulver
- Milch
- Zimt

Topping:

- Früchte
- Ahornsirup

Zerkleinere die Banane mit einer Gabel, füge die Eier hinzu und mixe alles. Die Haferflocken entweder vorher in einem Mixer zerkleinern oder als Ganzes dazu fügen und gut vermengen. Ebenso das Mehl, Backpulver und einen Schuss Milch dazugeben. Die ganze Masse sollte am Ende dickflüssig sein. Zimt nach Gefühl und Geschmack hinzugeben.

Das Mehl, die Milch und das Backpulver können auch weggelassen werden.

Danach die Pancakes in einer Pfanne mit Öl oder Butter goldbraun backen.

Die Pancakes am besten warm mit Früchten, Ahornsirup, Zimt oder was gerade gefällt genießen.