

---

# Veggie Pancakes

---

## Zutaten

150g Haferflocken

1 TL Backpulver

150g Apfelmus

200 ml Pflanzenmilch (Z.B. Haferdrink)

Etwas Öl für die Pfanne

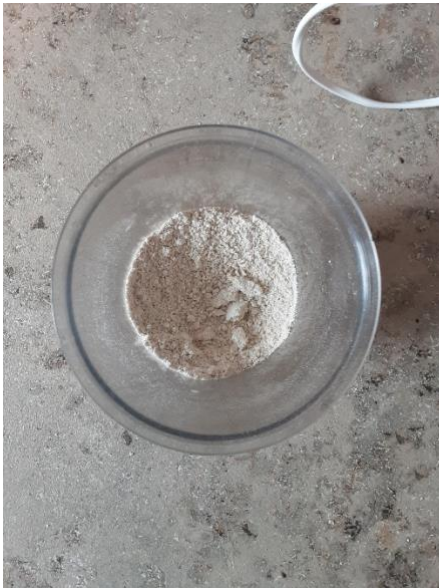


Zubereitung:

- 1) Zuerst werden die Haferflocken zusammen mit dem Backpulver vermischt. Danach mixt ihr alles zusammen, sodass eine Art Mehl entsteht. Ihr könnt dazu den Stabmixer oder einen Standmixer benutzen...



Am Ende sollte es so aussehen...



2) In einer weiteren Schüssel vermischt ihr dann das Apfelmus mit der Milch



3) Als nächstes gebt ihr euer Haferflockenmehl zu der Apfelmusmischung und vermischt alles zu einem schönen Teig.



4) Dann geht's auch schon zum backen. Gebt dazu erst mal etwas Öl in eine vorgeheizte Pfanne und danach ein bis zwei Löffel eures Teiges



- 5) Nach etwa 3-4 Minuten wendet ihr euren Pancake und lasst ihn auch von der anderen Seite backen. Das macht ihr solange bis euer Teig aufgebraucht ist. Die fertigen Pancakes könnt ihr im Ofen warmhalten, bis alle fertig sind.



- 6) VOILA! Fertig sind eure Pancakes. Ihr könnt sie noch mit Ahornsirup, Butter, Beeren oder anderen Toppings garnieren und sie euch schmecken lassen



**Guten Appetit!!  
Eure Franzi**