



# VEGANE PANCAKES



Schwierigkeitsgrad:  
leicht



ca. 25 Minuten



Zutaten für  
ca. 10 Stück



Kaloriendichte:  
mittel



vegan

## ZUTATEN

- 80 g zarte Haferflocken
- 1 EL Chiasamen
- 1 reife Banane
- 100 ml Bayernglück Haferdrink  
„Der Milde“
- 1 Prise Zimt
- etwas Öl für die Pfanne

Für das Topping:  
Beeren  
Nussmus

## ZUBEREITUNG

1. Die Haferflocken mit Chiasamen und Haferdrink verrühren.
2. Kurz ziehen lassen. Dann die Banane mit einer Gabel zerdrücken und zu der Masse geben. Zimt hinzufügen und alles zu einem Teig verkneten.
3. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Pancakes ausbacken.
4. Mit Beeren und Nussmus servieren.



Der Haferdrink wurde hergestellt  
aus Hafer aus dem Programm  
„Geprüfte Qualität – Bayern“



FÜR MEHL UND  
MÜHLENERZEUGNISSE  
[www.gq-bayern.de](http://www.gq-bayern.de)

Mehr leckere Rezepte findet ihr auf [www.bayernglueck.com](http://www.bayernglueck.com) oder auf unserem Facebook- und Instagram-Account.