

SKYR Pancakes – einfach und lecker!

Zutaten

... für die Pancakes

- 100 g Skyr
- 50 g Mehl
- 50 ml Mineralwasser
- 2 Eier
- 1 Messerspitze Backpulver



UNTERFREUNDENBLOG.COM

... als Topping-Ideen (alles optional, aber sehr zu empfehlen ;-)

- Lieblingsobst (je nach Saison: Erdbeeren, Blaubeeren, Banane, Pfirsiche, Feigen, etc.)
- noch ein paar Extra-Löffelchen Skyr
- Ahornsirup
- Mandelmus
- Schokocreme
- Nüsse
- Eis

Zubereitung

Alle Zutaten für die Pancakes in einer Schüssel miteinander verrühren. Einfach kurz mit einem Schneebesen rühren, bis Ihr einen glatten Pfannkuchenteig habt.

Etwas Kokosöl oder anderes Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Pancakes nacheinander ausbacken. In meine Pfanne passen immer drei auf einmal. Auf jeder Seite bei mittlerer Hitze etwa 2 – 3 Minuten braten.

Wenn die Pancakes auf der Oberseite kleine Bläschen bekommen und nicht mehr so flüssig sind, sind sie bereit zum Wenden. Ihr könnt ja vorsichtshalber mal kurz auf die Unterseite schauen, ob die Optik schon stimmt. Sie sollten eine schöne goldbraune Farbe haben.

Mit Toppings nach Wahl servieren. Wir mögen noch einen Klecks Joghurt (Skyr oder anderen) auf jedem Pancake und ein bisschen Ahornsirup für die Süße. Und dazu Obst nach Wahl.

Habt Ihr gemerkt – die Pfannkuchen selbst sind zuckerfrei. Wer es süßer mag, kann den Teig auch süßen. Ich finde die Pancakes zusammen mit Obst und etwas Ahornsirup genau richtig. Aber bevor es hier zu Protesten von der Süßschnabelfraktion kommt, sag ich es mal lieber gleich dazu ;-)

♥ Bon Appetit, Ihr Lieben! ♥