

KÜRBIS-APFEL-PANCAKES

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

- 3 Pink Ladys
- 2 EL Wasser
- 150 g Kürbis oder direkt Kürbispüree
- 4–5 EL Wasser
- 2 Eier
- 1,5–2 dl Milch
- 4 EL Ahornsirup
- 200 g Dinkelmehl hell
- 2 TL Backpulver
- Kokosöl zum Braten
- Zimt
- Vanille

Moana Werschler



ZUM GLÜCK

GIBT'S



ZUBEREITUNG, CA. 60 MIN.

1. Zwei Pink Ladys waschen, halbieren und entkernen, dann mit der Schale in kleine Würfel schneiden. In eine Pfanne geben und mit Wasser dämpfen, bis sie weich sind. Stehen lassen für die Dekoration.
2. Kürbis in kleine Würfel schneiden, in eine Pfanne geben und mit wenig Wasser weich dämpfen. Wasser weggießen und den Kürbis fein pürieren.
3. Das Kürbispüree mit den Eiern, der Milch und dem Ahornsirup vermischen. Mehl und Backpulver dazugeben. Alles zu einem Teig vermischen.
4. Eine Pink Lady schälen und an der Reibe reiben. Unter den Teig mischen.
5. Öl in einer Pfanne heiss werden lassen und je ca. 2 EL Teig pro Pancake in die Pfanne geben. Auf mittlerer Stufe goldbraun backen.
6. Mit den Apfelstücken dekorieren und mit Zimt abrunden.

Rezept Hinweis

Als alternative Dekoration, eine Pink Lady in der Mitte mit einem Loch entkernen und dünne Apfel-Rädchen schneiden. Diese kann man später auf einen Pancake in die Pfanne legen und so anbraten.