

PANCAKES MET APPEL



Ingrediënten (voor 20 pancakes):

- 50 g boekweitmeel
- 75 g zelfrijzende bloem
- 125 ml soyamelk ongezoet
- 125 ml bruiswater
- 1 ei
- 1 el Sukrin Gold
- olie
- 2 appels
- Sukrin Syrup



Bereidingswijze:

- Meng het boekweitmeel, de zelfrijzende bloem, de soyamelk ongezoet samen met het bruiswater, een ei en 1 el Sukrin Gold tot een homogeen deeg.
- Om de pancakes te bakken gebruik je een pan met 4 kleinere holtes om de pancakes te bakken of je gebruikt een gewone pannenkoekenpan en ijzeren ringen om de pannenkoeken in te bakken.
- Doe olie in de pan, laat de pan heet worden, giet hierin een kleine hoeveelheid beslag en bak de pancakes.
- Overgiet de pancakes met een beetje Sukrin Syrup en dien op.
- Laat het smaken!