

# Bananenpancakes mit Akazienhonig

FERTIG IN  
20 MIN.



## ZUTATEN

- 1-2 bioladen\*FAIR Bananen
- 3 Eier
- 30 g Rohrzucker
- 100 ml Milch
- 120 g Weizenmehl
- Mineralwasser
- bioladen\*Orangensaft
- bioladen\*Akazienhonig

## ZUBEREITUNG

1. 3 Eiweiß steif schlagen und dann mit dem Rohrzucker glatt rühren.
2. Aus 3 Eigelb, Milch und Mehl einen Pfannkuchenteig herstellen. Mineralwasser hinzugeben bis er die klassische Konsistenz hat. Zum Schluss das geschlagene Eiweiß unterheben.
3. Pfanne mit etwas Öl erhitzen und kleine Teigportionen hineingeben. Pancakes bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten goldbraun backen und kurz warm stellen.
4. Die Bananen in Scheiben schneiden und mit etwas Honig leicht in der Pfanne karamellisieren. Mit einem Schuss Orangensaft ablöschen und zu den Pancakes servieren.
5. Alles mit Akazienhonig beträufelt servieren.



Weitere Rezepte in unserem Kochbuch auf [www.bioladen.de/rezepte](http://www.bioladen.de/rezepte)