

## Pfannkuchen vegan

100g= etwa 4 Pfannkuchen

Reißen Sie den Beutel auf.

**12,0 ml kaltes Wasser** hinzufügen in den Beutel stecken und sorgfältig verschließen. Schütteln und kneten Sie den Beutel gut, um ihn zu vermischen. Es ist normal, wenn er sich aufbläht.

Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen.

Schneiden Sie die vorgesehene Ecke ab und gießen Sie eine Portion Teig in die Pfanne, um Pfannkuchen zu formen. Kochen Sie sie von beiden Seiten.

**Zutaten:** Mehl ( **Weizen** ), Hafermilchpulver (glutenfreies Hafermehl\*, dehydrierter Reissirup, Akazienfaser\*, **Mandelpulver** \*), Zucker, Bicarbonat, Zitronensäure. \*Bio  
*Kann Spuren enthalten von: Gluten, Eiern, Erdnüssen, Soja, Milch, Nüssen, Sellerie, Senf, Sesam, Sulfit, Lupine.*

### Ernährungswerte

	Pro 100g	Pro Portion 115g
Energie / Energie (Kcal)/(KJ)	371 (1515)	371 (1515)
Fett / Matière-Gras	1.2	1.2
Protein / Proteine	7.7	7.7
Kohlenhydrate / Glucide	80	80
Salz / Sel	1.4	1.4