

## Instant-Vegan-Pfannkuchenmischung mit Ahornzuckernuggets

### Erhältlich in 1 Größe:

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:** 1 Mehl ( **Weizen** ), Nuggets (reiner kanadischer Ahornsirup) 16 %, 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.*

### Nährwerte

	Pro 100g	Pro Portion 115g
Energie / Energie (Kcal)/(KJ)	368 (1500)	368 (1500)
Fett / Matière-Gras	3	3
Protein / Proteine	7.4	7.4
Kohlenhydrate / Glucide	75	75
Salz / Sel	1.2	1.2