

PURE ENERGIE

CASHEW- APFELPFANNKUCHEN

Zutaten

- 200g Cashewnüsse
- 2 Eier
- 50-75ml Wasser
- 2-3 EL Kokosöl
- 1 TL Vanille
- 2 Äpfel



Zubereitung

Die Cashewnüsse fein mahlen und mit den restlichen Zutaten bis auf die Äpfel mit einem Mixer zu einem glatten Teig verrühren. Erhitze nun die beschichtete Pfanne mit etwas Öl auf mittlerer Stufe. Gib nun eine Kelle voll Teig in die Pfanne. Lasse nun den Teig etwas aufstocken.

Währenddessen die Äpfel schälen und in dünne Scheiben schneiden.

Die Apfelscheiben nun in den flüssigen Teig geben und mit einbacken.

Ist der Teig etwas fester geworden (ca. 1-3 Minuten) wendest du den Pfannkuchen und brätst auch die andere Seite.

Tipp:
Den fertigen Pfannkuchen mit etwas Zimt bestreuen und mit Obst garnieren und genießen.