# Pancakes

## Fluffige Pancakes ganz einfach und schnell gemacht

Meine Bande liebt frische Pancakes zum Frühstück und deshalb habe ich ihnen mal wieder welche gemacht. Dieses Pancake Rezept ist super simpel und der Teig schnell zubereitet. Für diesen Teig benötigt ihr weder Buttermilch, noch Eischnee. Die Zutaten werden einfach behutsam miteinander vermengt und dann kann auch schon ausgebacken werden. Die Pancakes werden super lecker und fluffig.

Die fertigen Pancakes habe ich einfach nur mit ein bisschen Puderzucker bestäubt. Mit Ahornsirup, Butter und ein paar frischen Beeren, sind die aber auch richtig gut. Am besten lassen sich Pancakes in einer beschichteten Pfanne ohne Fett backen. Ich backe die kleine Pfannkuchen entweder in einer Pancake-, oder Elektropfanne und das klappt hervorragend. Zum Portionieren nehme ich meistens eine kleine Saucenkelle, die hat irgendwie ein gutes Maß. Ansonsten könnt ihr den Teig auch mit einem ganz normalen Löffel, oder einem Teigportionierer in die Pfanne bringen. Habt ihr schon einmal Mini-Pancakes zum Frühstück gegessen? Diese werden wie Cerealien in eine Schüssel mit Milch gegeben und dann verputzt. Ein tolles Rezept für leckere Mini-Pancakes findet ihr hier.

## Leckere Pancakes ohne Buttermilch und Eischnee

Für den Pancake Teig das Mehl zusammen mit dem Zucker, dem Backpulver und einer Prise Salz in eine Schüssel geben und gut vermengen. Anschließend die Eier, die Milch, den Vanilleextrakt und die flüssige Butter dazu geben und alles zu einem gleichmäßigen Teig verrühren. Den fertigen Teig in einer beschichteten Pfanne in gleichgroßen Portionen ausbacken. Wenn der Teig auf der Oberseite Blasen schmeißt, kann der Pancake gewendet werden.

Nun könnt ihr die fertigen Pancakes nach Belieben mit Puderzucker, Ahornsirup oder einem Stück Butter genießen. Um das Ganze kalorienärmer zu gestalten, könnt ihr den Zucker auch durch Puder Erythrit austauschen. Wer seinen Pancakes ein super süßes Topping verpasst, kann die Süße im Teig auch ganz weglassen. Auch Zuckeralternativen wie Xylit, Agavendicksaft oder Honig kann man gut verwenden.

---

## Weitere Rezept-Ideen für Gebäck & Teilchen zum Ausprobieren & Nachmachen

## Spinat-Feta-Fladen

## Birnen-Walnuss-Crumble

## Dampfnudeln mit Vanillesauce

## Marzipan-Mandel-Hörnchen

## Cheeseburger Muffins

## Apfel Pancakes

## Osterbrot

## Oster Mini-Amerikaner

---

## KALORIENARME REZEPTE

### 110 Rezepte unter 500 Kalorien für ein kalorienarmes Frühstück

mehr Infos zum Buch

## HIER FINDEST DU TOLLE WAFFELEISEN & ZUBEHÖR

Waffelautomat Herz-Waffeln

cuepar Mini-Waffeleisen

Waffeleisen belgische Waffeln

Krups Profi Waffeleisen

---

## HIER FINDEST DU LECKERE IDEEN FÜR KUCHEN

## Bienenstich Cake Bowl

## Protein Cheesecake aus dem Backofen

## Protein Zebra Cheesecake Bowl

## Ameisenkuchen

## Bananenbrot mit Chocolate Chips

## Kokos-Limetten-Kuchen

## Baked Oats mit Keksen

# Mikrowellen Käsekuchen