



 20 Minuten

 Einfach

FRUCHTIGE OFENPFANNKUCHEN MIT BUTTERMILCH QUARK UND AHORNSIRUP

Dieses köstliche Pfannkuchen Rezept mit cremigem Buttermilch Quark, frischen Beeren und süßem Ahornsirup darf auf keinem Frühstücksbuffet fehlen.

 *So wirds gemacht :*

SCHRITT 1

Für das Pancake Rezept den Backofen auf 230° (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Mehl, 20 g Zucker, Eier, Milch und Salz verquirlen. 1 EL Butter in einer ofenfesten Pfanne schmelzen und die Mischung hineingießen.

SCHRITT 2

Die Pfanne in den Ofen stellen und den Pfannkuchen in 15 Min. goldbraun backen. Die Erdbeeren waschen, entkernen und in Stücke teilen. Die übrige Butter in einer Pfanne erhitzen und die Erdbeerstücke 2-3 Min. darin anschwitzen. Den übrigen Zucker darüber streuen und 3-4 Min. einköcheln lassen.

SCHRITT 3

Die Pfannkuchen mit Erdbeeren, Blaubeeren, ButtermilchQuark und der Nussmischung servieren.

NÄHRWERTE

1 Portion enthält durchschnittlich:

Brennwert (kJ/kcal): 992/234

Fett (g): 21

Kohlenhydrate (g): 29

Eiweiß (g): 10



Zutaten

4 Portionen

65 g Mehl (405)

30 g Zucker

2 Eier (M)

125 ml Milch

1 Prise Salz

2 EL Butter

1 EL Ahornsirup

150 g Erdbeeren

100 g MILRAM ButtermilchQuark

1 Handvoll Blaubeeren

2 EL Haselnüsse, Mandelsplitter und gepuffter Amaranth gemischt