

Apfel-Zimt-Pancakes mit Sojaquark



► Beschreibung

Fluffige Protein-Pancakes mit Apfelstücken und Sojaquark - süß & sättigend.

► Zutaten

- 200 g Hafermehl
- 2 Äpfel
- 1 TL Backpulver
- 200 ml Haferdrink
- 1 EL Vanille-Proteinpulver
- 200 g Sojaquark

► Zubereitung

1. Teig aus Hafermehl, Proteinpulver, Backpulver & Haferdrink rühren.
2. Apfelwürfel unterheben.
3. In Pfanne ausbacken, mit Quark servieren.

► Zusatzinfos

High Protein, low sugar.

Erstellt mit der ZUTATO-App

