# Einfache Pancakes mit Heidelbeeren

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach

## Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|---|---|
| Eier | 4 St. |
| Zucker | 2 EL |
| Salz | |
| Weizenmehl, Type 405 | 300 g |
| Backpulver | 2 TL |
| Milch | 200 ml |
| Öl | 2 EL |
| Heidelbeeren, frisch | 125 g |
| Agavendicksaft | 2 EL |

## Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, große Pfanne, SILVERCREST Handrührgerät mit Schneebesen

1. In eine Schüssel Eier aufschlagen und mithilfe eines Handrührers mit Schneebesen schaumig schlagen, sodass sich das Volumen deutlich erhöht. Zucker, Salz, Mehl, Backpulver und Milch nach und nach einrühren, sodass ein leicht zähflüssiger Teig entsteht.

2. Teig in eine Eiswürfelform gießen und über Nacht gefrieren lassen.

3. Zum Zubereiten gefrorenen Teig zum Antauen aus dem Gefrierfach nehmen. In einer Pfanne Öl auf kleiner Stufe erhitzen. Gefrorene Pancake-Würfel einzeln in die Pfanne setzen und zugedeckt ca. 5–7 Min. erhitzen, bis die Würfel zu einem kleinen Pancake geschmolzen sind. Pancake wenden und nochmals ca. 4 Min. goldbraun backen.

4. Pancakes auf Tellern verteilen, mit Heidelbeeren und Agavendicksaft beträufelt servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Pancakes zu jeder Zeit und mit wenig Aufwand: Mit diesen Pancakes kannst du dir ganz einfach einen Vorrat an leckeren Pancakes im Gefrierfach anlegen.
Da der Teig gefroren ist, brauchen sie etwas länger in der Pfanne. Mit etwas Zeit und kleiner Hitze bekommst du leckere, knusprige Pancakes.

## Nährwerte (pro Portion)

| | |
|---|---|
| Kaloriengehalt | 466 kcal |
| Kohlenhydrate | 73 g |
| Eiweiß | 16 g |
| Ballaststoffe | 3 g |
| Fette | 12 g |