

SÜßE QUINUA-PFANNKUCHEN (FÜR 2-3 PERSONEN)

Zutaten

- 3 EL Quinoa*
- 1 Tasse Wasser
- 4 Eier
- 3 EL Quark
- 2 EL Distelöl
- 1/8l geschlagene Sahne
- 3 EL Müsli*
- 1 EL Honig*
- 3 Pk. Vanillezucker*

Quinoa in einem Sieb heiß abspülen, in einem Topf mit Salzwasser bedecken und aufkochen. 20 Min. bei milder Hitze kochen, abgießen und gut abtropfen lassen.

Dann restliche Zutaten dazu tun und alles zusammen rühren und wie gewohnt die Pfannkuchen ausbacken.

* diese Zutaten können Sie in unserem Weltladen kaufen.