

## Bananen-Pancakes

### Zutaten:

1 große Banane  
100 g Dinkelvollkornmehl  
40 g feine Haferflocken  
1 TL Weinsteinbackpulver  
100 ml Sojadrink/Haferdrink Ca++  
100 ml Sprudelwasser  
Kokosöl zum ausbacken

### So geht's:

- 1) Die Banane in Scheiben schneiden.
- 2) Die restlichen Zutaten miteinander verrühren und die Bananenscheiben unterziehen. Ca. 15 min ruhen lassen.
- 3) Kokosöl erhitzen und für einen Pancake jeweils 1 EL Teig in die Pfanne geben. Etwas flach drücken. Sobald sich Blasen bilden den Pancake umdrehen und auf der anderen Seite zu Ende backen.

**Guten Appetit!**