

Eierpfannkuchen

fix und fertig

Backmischung

1000 g netto

Die unten angegebenen Zutaten mit dem Schneebesen verquirlen und fertig ist Ihr Pfannkuchenteig. Die Mischung enthält nur wenig Zucker! Je nach Bedarf und Geschmack kann dem Teig noch Zucker zugefügt werden. Pfanne mit etwas Öl oder Margarine erhitzen, Pfannkuchenteig mit einem Schöpflöffel in die Pfanne geben und goldbraun von beiden Seiten ausbacken.

Tip: Wenn der Pfannkuchen lockerer werden soll, so nehmen Sie statt Wasser Mineralwasser mit Kohlensäure.

Fertigmehl	Wasser
100 g	160 ml
300 g	480 ml
500 g	800 ml
1000 g	1600 ml

Zutaten: **Weizenmehl, Vollmilchpulver, 9% Volleipulver, Weizenstärke**, jod. Salz, Zucker, Mehlbehandlungsmittel: Ascorbinsäure

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt pro 100 g	
Energie	1601 kJ (382 kcal)
Fett	7,7 g
davon gesättigte Fettsäuren	3,2 g
Kohlenhydrate	61,0 g
davon Zucker	6,7 g
Eiweiß	15,0 g
Salz	1,7 g
Die Nährwertangaben basieren auf dem Bundeslebensmittelschlüssel und Lieferantenangaben. Wir weisen darauf hin, dass es sich hier um Naturprodukte handelt, die den natürlichen Schwankungen unterliegen.	