



Junior Slow

Karlsruhe e.V.

Apfelpfannkuchen

für 8 Personen

Zutaten:

150 g	Weizenmehl
100 g	Vollkornmehl
40 g	flüssige Butter
200 ml	Milch
250 ml	Mineralwasser mit Kohlensäure
2	Eier
1 Prise	Salz
2	Äpfel

Zubereitung:

1. Alle Zutaten, bis auf die Äpfel, zu einem glatten, sämigen Teig verrühren.
2. Den Teig 15-20 min rasten lassen.
3. Die Äpfel in Scheiben schneiden, Kerngehäuse aus den Scheiben „ausstanzen“
4. Etwas Butter in eine Pfanne geben und eine Apfelscheibe hineinlegen, mit einer Schöpfkelle Teig übergießen.
5. Die Pfannkuchen nacheinander ausbacken.