

# Vegane Pfannkuchen ohne Ei: herzhaft oder süß

## Zutaten etwa 6 mittelgroße Pfannkuchen

- 400 ml Pflanzendrink, z.B. Haferdrink
- 300 g Mehl, z.B. Dinkelmehl Type 630
- 1 Messerspitze Backpulver
- 200 ml Mineralwasser
- 1 Prise Salz
- optional: Vanillearoma
- Öl zum Anbraten

### Hilfsmittel:

- Pfanne und Herdplatte
- Kochlöffel
- Schüssel
- Schneebeesen
- ggf. Kelle

**Nährwertangaben pro 100 g:** 129 kcal | 26 g KH | 4 g E | 1 g F

**Abkürzungen:** g = Gramm | ml = Milliliter | KH = Kohlenhydrate | F = Fett | E = Eiweiß | kcal = Kalorien

## Zubereitung



**1. Veganen Pfannkuchenteig zubereiten:** Alle Zutaten miteinander vermengen bis eine homogene Teigmasse entsteht. Optional kannst du ein paar Tropfen Vanillearoma oder etwas Vanillemark hinzufügen.

**2. Pfannkuchen backen:** Dafür etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Mithilfe einer Kelle oder ähnlichem den Teig portionsweise in die Pfanne füllen und von beiden Seiten goldbraun ausbacken. So lange wiederholen bis der Teig aufgebraucht ist.

*Du hast etwas nachgemacht?*



Zeig es uns auf Instagram mit  
[@waf.foodies](#) oder [#waffood](#) [#wafvegan](#)  
[#wafveggie](#) [#wafkochen](#) [#wafbacken](#)

## Tipp

Wir essen am liebsten Apfelmark, Dattelsirup, Zimt und frisches Obst wie Erdbeere oder Banane zu unseren veganen Pfannkuchen. Dadurch, dass der Teig ohne Zucker auskommt, können die Pfannkuchen herzhaft und süß verspeist werden.

Foto: [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)