

# Bananen-Quarkpfannkuchen ohne Zucker



10 min. 101 kcal SteviaSweet Crystal

## Zubereitung ohne Zucker

1. Bananen, Quark und Eier in eine Schüssel geben und mit dem Stabmixer pürieren.
2. **SteviaSweet Crystal**, Gewürze und Mehl dazugeben. Zu einem gleichmässigen Teig verrühren und diesen 10 - 15 Minuten aufgehen lassen.
3. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Pfannkuchen bei niedriger Hitze goldbraun braten.
4. Mit frischen Beeren und Bananen sofort servieren.

## Zutaten für 3 - 4 Portionen (14 Stk.)

2	Bananen
250 g	Quark, halbfett
3	Eier
1/2 EL	<b>SteviaSweet Crystal</b>
1/2 TL	gemahlene Vanille
1/2 TL	Zimt
1/4 TL	Salz
2 TL	Backpulver
90 g	Weissmehl
	Butter zum Braten

## Zum Servieren

	Bananen
	FrISCHE Beeren

## Nährwerte pro Portion

101	kcal
427	kJ
4.5	Protein in g
13	Kohlenhydrate in g
3.5	Fett in g