

Pfannkuchen Rezepte

Bananen Pfannkuchen

Anzahl: 5 Portionen

Gattung: Obst, Jamaika, Vegan, Vegetarisch, Exotisch

6	Bananen, grün; zerdrückt	- Kräuter
1	Zwiebel; klein gehackt	1/2 geh. TL Butter
1,50	Becher Maismehl	Kokosöl; zum backen
1/2	geh. TL Muskatnuss oder gemischte	

Bananen, Zwiebel, Mehl und Muskat gut vermischen.

Zu Pfannkuchen formen und im heißen Kokosöl goldbraun backen.

Mit Tee oder Brei servieren.