



✂ Frühstück ⏱ 30 min

Hausgemachte Pfannkuchen mit Chiquita Bananen und Blaubeeren

Frühstücksroutine mit diesen wundervollen lockeren Pfannkuchen mit Chiquita Bananen und Blaubeeren beleben. Für etwas mehr Süße Ahornsirup dazugeben.

1

Die überreifen Chiquita Bananen mit den Eiern zu einer lockeren Mischung rühren. Das Backpulver und den Zimt dazugeben und alles vermischen.

2

Eine Pfanne bei mittlerer Hitze aufwärmen und mit etwas Butter bestreichen. Den Backteig in die Pfanne geben und auf beiden Seiten bräunen.

3

Die andere Chiquita Banane in Stücke schneiden.

2

1 überreife Chiquita Bananen

1 Chiquita Banane

2 Eier

20 g Blaubeeren

30 mL Ahornsirup

2,5 g Zimt

5 g Backpulver

Backbutter

281 Kalorien

7,5 g Fett

3,3 g Gesättigte Fettsäuren

43,8 g Kohlenhydrate

34,7 g Zucker

2,9 g Faser

7,7 g Eiweiß

0,9 g Salz

Die Chiquita Bananen-Pfannkuchen mit dem Ahornsirup, geschnittenen Chiquita Bananen und Blaubeeren bedecken.