



## Buchweizen-Schoko-Pfannkuchen mit Demeter Himbeerjogurt

15 min Zubereitungszeit

## Zutaten für 8 Portionen:

500 g ANDECHSER NATUR demeter Jogurt mild-Himbeere

150 g Buchweizenmehl

2 EL ungesüßter Kakao ("Backkakao")

5 EL Ahornsirup

400 ml ANDECHSER NATUR Bio-Vollmilch

2 TL Bratöl oder Kokosöl zum Ausbacken

50 g Zartbitterschokolade

50 g Haselnüsse

1 Pfanne Ø 28cm

ein kleiner Zopf und Gefäß, um Schokolade darin zu schmelzen



## So geht's

## **Zubereitung:**

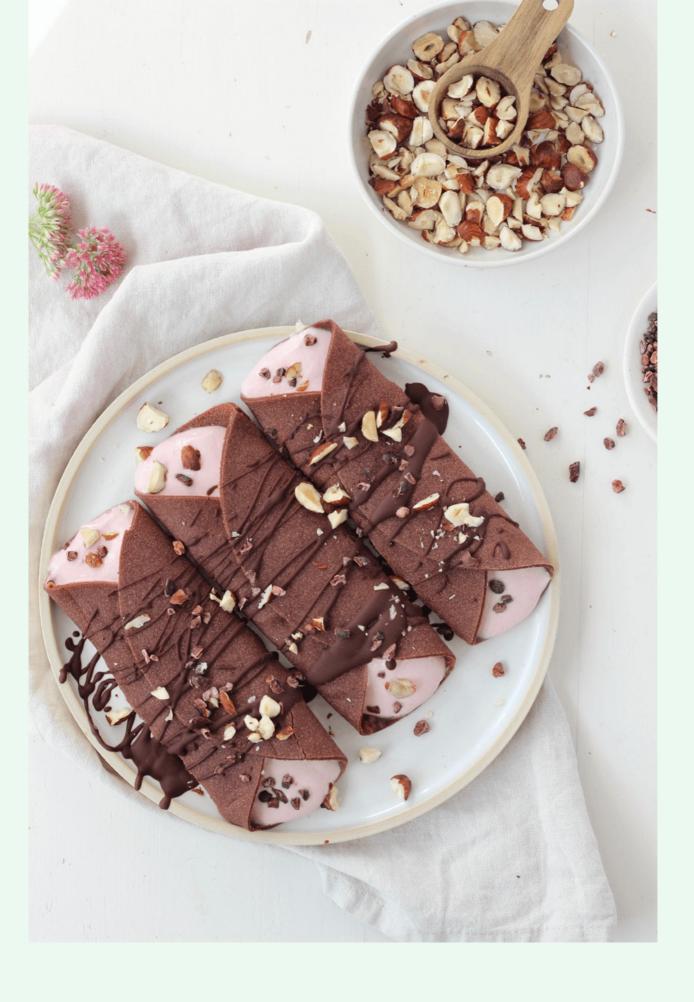
- 1. Buchweizenmehl, Kakao, Ahornsirup und **Milch** in eine Rührschüssel geben und mit einem Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren. 5 Minuten stehen lassen.
- 2. ½ TL Öl in der Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen und die Pfanne damit gut ausschwenken. Die Pfanne vom Herd nehmen, 1 knappen Schöpflöffel Teig hineingeben und die Pfanne mit dem Teig ausschwenken, bis der Pfannenboden mit einer dünnen

Teigschicht bedeckt ist. Die Pfanne zurück auf den Herd stellen und den Buchweizen-Schoko-Pfannkuchen backen, bis er Blasen schlägt. Aus der Pfanne auf einen Teller gleiten lassen. So mit weiteren Pfannkuchen fortfahren.

- 3. In der Zwischenzeit Wasser in einem kleinen Topf erhitzen und die Zartbitterschokolade im Wasserbad schmelzen.
- 4. Die Haselnüsse grob hacken
- 5. Wenn alle Pfannkuchen gebacken sind, werden sie gefüllt: Dazu einen Pfannkuchen auf einen Teller legen, 3 EL **ANDECHSER NATUR demeter Jogurt mild-Himbeere** längs in die Mitte geben und die beiden Seiten des Pfannkuchens über den Jogurt schlagen.
- 6. Mit der geschmolzenen Schokolade besprenkeln und die gehackten Haselnüsse darüber streuen.

Fotos und Rezept von Natalie Friedrich, https://holunderweg18.de/





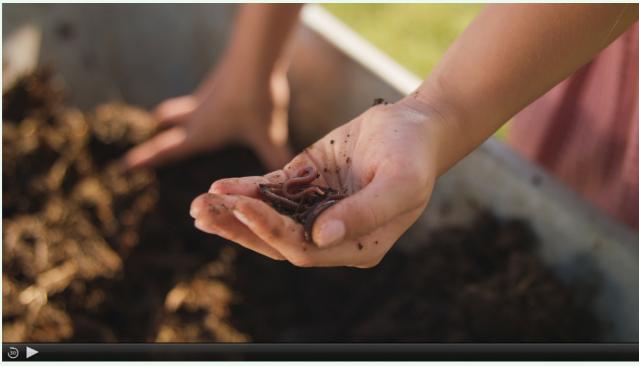


**Der ANDECHSER NATUR Bio-Standard** 

Was gehört zu einer artgerechten Tierhaltung?



Warum ist ein gesunder Boden so wichtig?



Wie funktioniert Humusaufbau mit Mikroorganismen?



Was ist muttergebundene Kälberaufzucht?

