

PORRIDGE PFANNKUCHEN

🕒 20 MIN

🌿 VEGAN

🌾 GLUTENFREI

ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN:

4 Vollgemüse Tortillas Karotte

100g Haferflocken

150 ml Mandelmilch

1 EL Ahornsirup

200 g Naturjoghurt

1 grüner Apfel

1-2 EL Nussmus

Granola zum Toppen



ZUBEREITUNG:

Für das Porridge die Mandelmilch in einem Topf erhitzen. Haferflocken dazugeben und bei niedriger Temperatur 5-8 Minuten köcheln lassen.

Anschließend mit Ahornsirup süßen und beiseitestellen. Apfel in dünne Scheiben schneiden.

Tortilla mit Porridge und Joghurt bestreichen, mit den Apfelscheiben belegen und zweimal zuklappen. Mit Nussmus, Granola und weiteren Apfelscheiben belegt servieren.

