

Rezept

Regenbogen-Pancake-Torte

Ein Rezept von Regenbogen-Pancake-Torte, am 05.08.2024

Zutaten

Für die 3 Teige

40 g Baby-Blattspinat	3 Eier (M)
140 ml Milch	Salz
420 g Vollkorn-Dinkelmehl	3 TL Weinstein-Backpulver
140 ml Orangensaft (ohne Zucker)	½ TL Kurkumapulver
140 ml Kirschsafte (ohne Zucker)	

Für die Creme

50 ml Milch	1 EL Agar-Agar
200 g Sahne	2 Bananen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Stücke | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 315 kcal, 7 g F, 13 g EW, 46 g KH

Zubereitung

1. Für den grünen Teig den Spinat verlesen, waschen und trocken schleudern. In einer Schüssel 1 Ei, Milch und 1 Prise Salz verrühren, mit 140 g Mehl und 1 TL Backpulver zu einem Teig verarbeiten. Den Spinat dazugeben und alles mit dem Pürierstab fein mixen.
2. Für den gelben Teig in einer Schüssel 1 Ei, Orangensaft, Kurkumapulver und 1 Prise Salz verrühren. Die Mischung mit 140 g Mehl und 1 TL Backpulver zu einem Teig verarbeiten. Für den roten Teig in einer Schüssel das restliche Ei, Kirschsafte und 1 Prise Salz verrühren. Die Mischung mit dem übrigen Mehl (140 g) und Backpulver (1 TL) zu einem Teig verarbeiten.
3. Eine kleine beschichtete Pfanne erhitzen. Aus jedem Teig nacheinander zwei Pancakes backen. Die Pancakes auf einen Teller stapeln und abkühlen lassen.
4. Für die Creme die Milch mit Agar-Agar verrühren und ca. 1 Min. köcheln lassen. Die Sahne steif schlagen. Die lauwarme Milch mit dem Schneebesen unter die Sahne rühren. Die Bananen schälen, grob würfeln und in einem hohen Rührbecher mit dem Pürierstab fein mixen. Die Bananen unter die Sahnemischung heben.
5. Die grünen, gelben und einen roten Pancake(s) mit der Creme bestreichen und übereinanderstapeln - zuerst die grünen, dann die gelben, den bestrichenen roten und zum Schluss den unbestrichenen roten. Die Torte mindestens 1 Std. in den Kühlschrank stellen.