

Rezept

Vegane Pfannkuchen Grundrezept

Ein Rezept von Vegane Pfannkuchen Grundrezept, am 18.12.2025

Zutaten

200 g Weizenmehl	2 EL Sojamehl
1 Pck. Backpulver	½ TL Salz
½ TL Zucker	400 ml Pflanzenmilch
4 EL neutrales Öl zum Backen der Pfannkuchen	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 310 kcal

Zubereitung

1. Weizenmehl, Sojamehl, Backpulver, Salz und Zucker in einer Schüssel mischen. Pflanzenmilch nach und nach mit den Quirlen des Handrührgeräts unterrühren und alles glatt verrühren. Den Teig 10 Min. quellen lassen.
2. Den Teig nochmals gut durchrühren. 1 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Ein Viertel des Teiges hineingießen und bei mittlerer Hitze zugedeckt ca. 2 Min. backen. Den Pfannkuchen mithilfe des Deckels wenden und in 1-2 Min. fertigbacken. Aus der Pfanne nehmen und warm halten. Aus dem restlichen Öl und Teig auf die gleiche Weise drei weitere Pfannkuchen backen.