



## Amandel Banaan Pannenkoeken

### Ingrediënten:

100g volkoren speltmeel  
100g amandelmeel  
1tl kaneelpoeder  
150ml (geiten)yoghurt  
125ml amandelmelk of andere melk naar keuze\*  
2 grote, rijpe bananen, fijngeprakt of gepureerd  
1tl vanille extract  
3 eieren

Optioneel: 1tl (wijnsteen)bakpoeder (dit maakt de pannenkoekjes dikker, meer zoals de Amerikaanse pannenkoeken)

Voor 10-12 kleine pannenkoekjes

\* Heb je geen melk in huis dan werkt water ook prima.

### Bereiding

Doe het speltmeel, amandelmeel, kaneel en bakpoeder in een grote kom en roer goed door. Klop in een andere kom de eieren los en roer hier de yoghurt, melk, bananen en vanille extract doorheen. Goed doorroeren. Voeg de droge ingrediënten vervolgens aan de natte toe en roer het geheel goed door elkaar.

Zet een koekenpan met daarin een klontje boter of kokosolie op niet al te hoog vuur. Schep er ongeveer 3el beslag per pannenkoek in de pan en bak tot de onderkant mooi goudbruin is en draai vervolgens om om de andere kant te laten bruinen.

Verdeel de pannenkoekjes over de borden en serveer met een beetje yoghurt met daarover wat kokosrasp gestrooid, plakjes banaan of ander vers fruit, eventueel wat rauwe honing en voor grote kinderen ook nog wat stukjes walnoot.

