

Teig - Mix

Dinkel-Vollkorn-Pfannkuchen

Zubereitung: 100 g Pulver mit 200 ml Wasser in einem Schüttelbecher vermengen, alles kräftig schütteln, 10 Minuten quellen lassen und nochmals gut schütteln. Ca. 3 - 4 Pfannkuchen in einer Pfanne ausbacken

Zutaten: DINKELvollkornmehl, VOLL-MILCHpulver, HÜHNERVOLLEI-pulver, Backpulver (Sauerungsmittel: Diphosphate (43 %), Backtriebmittel: Natriumcarbonate, Maisstärke), Salz

Nährwerte pro 100 g Trockenmischung	
Brennwert	1582 kJ/378 kcal
Fett	8,68 g
davon	
gesättigte Fettsäuren	3,51 g
Kohlenhydrate	55,45 g
davon Zucker	6,06 g
Eiweiß	16,15 g
Salz	2,37 g

L.Nr.

Inhalt 200 g

Mindestens haltbar bis:

Ehenbachtaler Spezialitäten

Am Scherhübel 8, 92253 Schnaittenbach
Tel. 09622-717392 www.ehenbachtal.de

Teig - Mix

Roggen-Vollkorn-Pfannkuchen

Zubereitung: 100 g Pulver mit 200 ml Wasser in einem Schüttelbecher vermengen, alles kräftig schütteln, 10 Minuten quellen lassen und nochmals gut schütteln. Ca. 3 - 4 Pfannkuchen in einer Pfanne ausbacken

Zutaten: ROGGENvollkornmehl, VOLL-MILCHpulver, HÜHNERVOLLEI-pulver, Backpulver (Sauerungsmittel: Diphosphate (43 %), Backtriebmittel: Natriumcarbonate, Maisstärke), Salz

Nährwerte pro 100 g Trockenmischung	
Brennwert	1362 kJ/323 kcal
Fett	5,22 g
davon	
gesättigte Fettsäuren	2,57 g
Kohlenhydrate	52,86 g
davon Zucker	6,29 g
Eiweiß	11,64 g
Salz	2,34 g

L.Nr.

Inhalt 200 g

Mindestens haltbar bis:

Ehenbachtaler Spezialitäten

Am Scherhübel 8, 92253 Schnaittenbach
Tel. 09622-717392 www.ehenbachtal.de