Pancakes mit Nuss-Ahornsirup



Dieser Pfannkuchenturm mit Pekannuss-Bananen-Topping an Ahornsirup-Sauce ist ein absoluter Frühstückstraum!

Für viele gehören – gerade am Wochenende, wenn man mehr Zeit hat – Pancakes zu einem ausgiebigen Frühstück einfach dazu. Und eines könnt ihr uns glauben: Beim Duft, den diese amerikanischen Pfannkuchen verströmen, werden selbst Langschläfer und Morgenmuffel aus den Federn gelockt.

Momentan liegen Speisen und Drinks, die mit zusätzlichem Eiweiss angereichert sind, ja enorm im Trend. Wir bevorzugen die natürliche, selbstgemachte Variante und fügen deshalb den Pancakes Hüttenkäse für einen höheren Proteingehalt bei.

Wer seine Pancakes lieber ohne Hüttenkäse zubereiten möchte, findet hier das Rezept für Joghurt-Himbeer-Pfannkuchen.

Nüsse und Sauce

- 1½ Handvoll Pekannüsse, grob gehackt
- 125 ml Ahornsirup
- 1 TL Vanillepaste
- 1 Zimtstange
- Eine Prise Salz

Pancakes

- 200 g Mehl
- 2 TL Backpulver
- Eine Prise Salz
- 2 Eier
- 200 g Hüttenkäse
- 4 EL Zucker
- 200 ml Vollmilch
- 1 EL Butter, geschmolzen

Zusätzlich

- 1 Banane, in Scheiben geschnitten
- Schoko-Haselnuss-Crème
- Wenig Butter zum Braten

Nüsse und Sauce

1. Für die karamellisierten Nüsse alle Zutaten in einem Topf vermengen und 5 Minuten köcheln lassen; dabei gelegentlich umrühren.
2. Nussmischung kurz auskühlen lassen, dann die Sauce durch ein Sieb giessen und auffangen; die Nüsse in eine Bratpfanne geben.
3. Jetzt die Pekannüsse bei mittlerer Hitze karamellisieren (braten), bis sie duften und knusprig sind. Auf einem Teller auskühlen lassen.

Pancakes

1. Für die Pancakes Mehl, Backpulver und Salz mischen. In einer separaten Schüssel Eier, Hüttenkäse und Zucker mit einem Handmixer circa 1 Minute lang vermengen.
2. Milch und Butter zur feuchten Masse geben und unterrühren; danach die Mehlmischung hinzugeben und verrühren, bis keine Mehlklumpen mehr vorhanden sind.
3. Wenig Butter in eine Bratpfanne geben. Wenn die Pfanne heiss ist, 2 EL der Pancake-Masse kreisförmig hineinschöpfen.
4. Sobald der Pancake seitlich Blasen wirft, diesen wenden und weiterbraten, bis er beidseitig goldbraun ist.
5. Pancakes auf einem Teller stapeln; dabei zwischen jede Schicht etwas Schoko-Haselnuss-Crème streichen.
6. Den Turm zum Schluss mit Bananenscheiben und den karamellisierten Nüssen verzieren und mit der Ahornsirup-Sauce beträufeln.

Zubereitungsdauer: circa 1 Stunde