



Ofenpfannkuchen mit Birne

So fühlt es sich also an 41 zu werden, war gar nicht so schlimm ?. Heute morgen hatte ich mit meiner Freundin einen Termin bei meiner Tätowiererin in Dänemark, ich mußte noch eine kleine Lücke auf meinem Arm füllen mit dem Geburtsdatum meiner verstorbenen Tochter ?. Ich habe auf dem Arm schon ihr Portrait, eine Uhr mit ihrer Geburtszeit und jetzt noch das Datum. Die Uhr wurde gleich nochmal nachgestochen, irgendwie war da ganz viel Farbe verschwunden, das habe ich noch nie gehabt ?. Jetzt ist es wieder schön. Danach waren wir noch etwas bummeln und ein Softeis mit Lakritz durfte natürlich auch nicht fehlen. Heute Abend gehen mein Mann und ich beim Griechen essen, deswegen gab es zur Feier des Tages den Ofenpfannkuchen zum Kaffee ?.

Rezept für 1 Blech für 3 Sp (Ohne Puderzucker und Mandeln)

150g Skyr
3 kleine Eier (oder 2 große)
25g Dinkelmehl
25g Vanille Proteinpulver
50ml Mineralwasser
1/2 Packung Backpulver
1 Tl Zimt
1 Prise Salz
2 Birnen

Zum Verzieren:

Puderzucker

Gehobelte Mandeln

Schokosauce von Body Attack

Alles bis auf die Birnen zusammenrühren und auf einem Backblech verteilen. Birnen entkernen, in Scheiben schneiden und auf den Teig geben. Etwas Zimt drüberstreuen. Den Backofen auf 170° Grad vorheizen und den Pfannkuchen ca. 20 Minuten backen. Wer mag nimmt noch Puderzucker und gehobelte Mandeln dazu. Die Schokosauce ist von Body Attack.