

Erdbeerpfannkuchen mit Vanillequark

1 Ei mit
50g Mehl ,
80 ml Magermilch und
1 Prise Salz verrühren. Dann den Teig in einer mit
½ TL Pflanzenöl gefetteten Pfanne zu einem Pfannkuchen
ausbacken.
100g Quark mit
1 Msp. Vanille verrühren und mit Deinem Lieblingssüßstoff
süßen. Den Pfannkuchen mit der Creme und
150-200g Erdbeeren garnieren.

Guten Appetit

1 Portionen

Energiewert

450 Kcal gesamt

nach WeightWatchers

10 ProPoints gesamt

WeightWatchers-Fitformel

Kohlehydrate, Eiweiß, Obst, Milchprodukte

geeignet zum

sofort genießen

Viel Spass beim Nachkochen.

