



Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Kokos-Kurkuma Pfannkuchen

Das ist im Original ein thailändisches Rezept. Es sind eigentlich ganz einfache Pfannkuchen – nur hübsch, weil so schön gelb. Ich mache die gerne, wenn ich mal eine andere Beilage zu Gemüse möchte, als die typischen „Verdächtigen“ Reis, Kartoffeln oder Pasta.

Durch das Reismehl sind die auch glutenfrei und histaminarm. Reismehl bekommt ihr im Bioladen oder im Asialaden.

Zutaten etwa 4-6 Portionen

200g Reismehl
240 ml Kokosmilch
240 ml Wasser
½ TL Salz
2 TL Kurkuma

1. Alles zu einem glatten Teig vermischen.
2. In einer Pfanne Rapsöl erhitzen.
Möglichst dünn ausstreichen und backen, bis sich unten eine feste Kruste gebildet hat, dann einmal wenden.

