

Zoete lunch pannenkoek

Aantal personen: 1

2 eieren
4 eetlepels magere melk
2 eetlepels volkorenbloem
Snufje zout
2 theelepels kaneel
2 theelepels zoetstof
2 appels

Schil de appel en snij hem in kleine stukjes.

Meng alle ingrediënten goed met een garde en voeg de appelstukjes toe. Spuit pancoating in de pan met een anti-aanbaklaag en laat het beslag erin glijden. Op zacht vuur laten garen.

