



2A

Vegetarisch

## Pannenkoek met blauwe bessen



Bereidingstijd  
10 minuten



Porties  
Voor 1 persoon

### Bereidingswijze

- 1 Doe 90 ml water in de shaker en meng met de inhoud van het zakje American pancakes appel kaneel. Schud goed. Voeg de blauwe bessen toe aan het beslag. Verhit de roomboter in een anti-aanbakpan en bak een pannenkoek. Gebruik een deksel of bord om de pannenkoek om te draaien, zodat de bessen er niet uit kunnen vallen. Serveer de warme pannenkoek met de roomkaas.

### Ingrediënten

- ☐ 1 zakje PS. food & lifestyle American pancakes appel-kaneel
- ☐ 100 g blauwe bessen
- ☐ 1 el roomkaas light
- ☐ 1 tl roomboter

### Voedingswaarden per persoon

|              |          |
|--------------|----------|
| Energie      | 218 kcal |
| Koolhydraten | 16 g     |
| Vet          | 6 g      |
| Eiwit        | 21 g     |