

Liebe Köch*innen,

wer mag sie nicht? Fluffige Pancakes, diesmal in der Schoko-Variante, mit einem Topping aus karamellisierten Orangenscheiben und mit Zimtaroma ... ein Traum!

Viel Spaß beim Nachkochen!



Zutaten

Für 9 Pancakes

- 6 Saftorangen
- 3 EL Zucker
- 50 ml Wasser
- ½ Zimtstange
- 125 g Mehl
- 1,5 TL Backpulver
- 3 gehäufte EL Kakaopulver
- 1 sehr reife Banane püriert
- 200 ml Sojamilch oder Mandelmilch
- 2 TL geschmacksneutrales Öl oder vegane Butter oder Nussmus
- 1 EL Agavendicksaft, Ahornsirup oder Honig
- 1 Tafel Schokolade
- Öl zum Braten

Zubereitung

Von 4 Orangen die Schale mit der weißen Haut rundherum abschneiden. Orangen in Scheiben schneiden, Saft dabei auffangen. Restliche Orangen auspressen. Zucker in einer Pfanne karamellisieren. Wasser und Orangensaft in einem separaten Topf zum Köcheln bringen, Zimtstange dazu geben und das Ganze vorsichtig unter Rühren zum karamellisierten Zucker geben. Ca. 6 Minuten köcheln lassen. Flüssigkeit über die Orangenscheiben gießen, ziehen lassen. Wer mag, kann auch etwas Orangenschale würfeln und mit karamellisieren lassen. Für das Topping Zesten von der Schale abreißen oder Orangenschale abreiben.

In der Zwischenzeit Mehl, Kakaopulver und Backpulver in eine Rührschüssel geben und mit einem Schneebesen vermengen. Anschließend beiseite stellen. Die Banane mit einer Gabel zerdrücken. Zusammen mit der Milch, dem Öl und dem Agavendicksaft in einen Messbecher geben und gut verrühren. Nun allmählich die Mehlmischung hinzugeben und alles kurz zu einem Teig verrühren (je nach Bedarf kann man noch mehr Süße hinzugeben oder etwas mehr Flüssigkeit zum Verdünnen).

Pro Pfannkuchen ca. 2 EL Teig in die Pfanne geben und solange braten, bis sich Bläschen auf der Oberfläche bilden, das dauert etwa 3 Minuten. Wenden und die andere Seite ausbacken. Anschließend die im Wasserbad geschmolzene Schokolade über die Pancakes träufeln und mit den Orangen servieren.

Tipps:

- Dazu passt auch Vanilleeis oder Schokoladeneis.
- Zusätzlich zum Zimt kann man auch Kardamom dazugeben.
- Gehackte Pistazienkerne oder Kokosraspeln über die Pancakes streuen.