

# HONIG IM TOPF

Das hauspost-Rezept  
aus dem Bienengarten



## Kleine Honigpfannkuchen

### Zutaten für 6-8 kleine Pfannkuchen:

- 180 g Dinkelmehl 1050
- 2 TL Backpulver
- 100 g flüssiger Thymianhonig (oder von anderen Blüten)
- 1 Ei von Hühnern aus Freilandhaltung
- 250 ml fettarme Bio-Kuhmilch
- 1 rotbäckiger Bio-Äpfel aus Mecklenburg
- feinstes Rapsöl für die Pfanne

*Wer die Pfannkuchen lieber pur mag, lässt die Äpfel weg und serviert zum Beispiel einen Obstsalat als Beilage.*



### Zubereitung:

- 1** Mehl und Backpulver in einer Schüssel vermischen, dann den flüssigen Honig dazugeben
- 2** Ei und Milch verquirlen und anschließend langsam mit den anderen Zutaten vermischen
- 3** Apfel vom Kerngehäuse befreien und in hauchdünne Scheiben schneiden, Rapsöl in der Pfanne erhitzen, dann mit einer kleinen Kelle oder einem großen Löffel den Teig portionsweise in die Pfanne geben
- 4** Apfelscheiben einsinken lassen und nach einer Minute Backzeit wenden und goldbraun ausbacken
- 5** Am besten lauwarm servieren und noch mit ein bisschen Honig beträufeln; eine Kugel Eis dazu geht auch