



2A

## Pfannkuchen-Erdbeer-Spieße



Zubereitungszeit

5 minuten



Portionen

Voor 1 persoon

### Zubereitungsart

- 1 Den Pfannkuchen gemäß der Anleitung auf der Verpackung zubereiten. Etwas abkühlen lassen und mit der Erdbeermarmelade bestreichen. Den Pfannkuchen fest aufrollen, in Stücke schneiden und abwechselnd mit den Erdbeeren auf einen Spieß stecken. Die restlichen Erdbeeren separat essen.

### Zutaten

- ☐ 1 Beutel PS. food & lifestyle flensjes appel-karamel
- ☐ 3 TL PS. food & lifestyle aardbeienjam
- ☐ 100 g Erdbeeren
- ☐ ½ EL Olivenöl

### Nährwerte pro Person

|               |          |
|---------------|----------|
| Energie       | 208 kcal |
| Kohlenhydrate | 10 g     |
| Fett          | 8 g      |
| Ballaststoffe | 2 g      |
| Eiweiß        | 20 g     |