

פנקייק של דבי מ"אור בראשית"

Buttermilk Pancakes



2 כוסות קמח מלא

2 1/4 כפיות אבקת אפיה

1/2 כפית סודה לשתייה

1/2 כפית מלח

2 כפות זרעי פישטן טחונים

2 כוסות חלב שקדים מעורבב עם 2 כפות חומץ

1/4 כוס שמן

1/3 כוס סירופ מייפל

כפית וניל

לטגן במחבת חם עם קצת שמן טיגון, בטיגון אטי מאוד, בשני הצדדים

Whole Grain, Vegan, Hearty, Fiber filling, and Incredibly Delicious! Makes about 10 medium/large pancakes.

Ingredients:

2 c. White Whole Wheat Flour**

2 1/4 tsp. Baking Powder

1/2 tsp. Baking Soda

1/2 tsp. Salt

2 TB. Chia seeds mixed w/ 6 oz. water and set aside***

2 C. almond milk mixed with 2 TB. distilled white vinegar and set aside for later

1/4 c. melted coconut oil, plus more for pan

1/4 c. liquid sweetener (honey, agave, maple syrup)

1 TB. vanilla extract