



Veganer French Toast

Zutaten

3 Esslöffel Kichererbsenmehl

2 Esslöffel Reis-Proteinpulver

170 g Apfelmark

1 Teelöffel Vanilleextrakt

1 Teelöffel Zimt

250 ml Pflanzendrink

9 Scheibe(n) Toast

Etwas Öl zum Anbraten

Toppings wie Chufella

Kochzeit: 15 min

Gesamtzeit: 15 min

Portionen: 3

Zubereitung

1.

Mische das Kichererbsenmehl mit dem Reis-Proteinpulver, dem Apfelmark, dem Pflanzendrink, Vanilleextrakt und dem Zimt.

2.

Halbiere den Toast diagonal, sodass Dreiecke entstehen, und wende jedes Dreieck in der Kichererbsen-Mischung.

3.

Erhitze Öl in einer Pfanne und brate die Toast-Dreiecke von beiden Seiten bis zum gewünschten Bräunungsgrad an.

4.

Serviere deinen veganen French Toast z. B. mit frischem Obst und Chufella.