

# Vegane Pfannkuchen mit Fenchel-Krautsalat

Gesamtzeit **70 Min.** 40 Min. Vorbereitungszeit **30 Min.** Kochzeit **60 Min.** Wartezeit

## ZUTATEN

10 Portion(en)

### Für die Pfannkuchen:

<b>70 g</b>	Aquafaba, gekühlt
<b>10 g</b>	Puderzucker
<b>10 g</b>	Kartoffelstärke
<b>600 g</b>	Weizenmehl
<b>14 g</b>	Backpulver
<b>10 g</b>	Natriumbikarbonat (Natron)
<b>700 ml</b>	Sojamilch, ungesüßt
<b>20 ml</b>	Apfelessig
<b>50 ml</b>	Rapsöl

### Für den Krautsalat:

<b>300 g</b>	Fenchel, mit Wedeln, fein gehackt
<b>500 g</b>	Weißkohl, fein gehackt
<b>5 g</b>	Zucker, braun
<b>400 g</b>	Orange
<b>100 ml</b>	<u>Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce</u>
<b>2 g</b>	Pfeffer, frisch gemahlen
<b>20 g</b>	Sonnenblumen- oder Kürbiskerne

### Zusätzlich:

Grapefruit, rosa

## ZUBEREITUNG

### Schritt 1

Aquafaba mit dem Schneebesen aufschlagen, bis sich steife Spitzen bilden. Puderzucker hinzufügen und ca. 1 weitere Minute schlagen. Kartoffelstärke hinzufügen und nochmals ca. 1 Minute schlagen.

### Schritt 2

Weizenmehl, Backpulver und Natron in einer Schüssel vermengen. Sojamilch mit Apfelessig mischen und zusammen mit Öl in die Schüssel gießen. Alle Zutaten kräftig verrühren, bis sie sich verbinden. Vorsichtig erst eine Hälfte des Aquafaba unterheben, dann die zweite Hälfte.

### Schritt 3

Den Teig portionsweise (ca. 100 g pro Pfannkuchen) in eine heiße Pfanne ohne Fett geben und 3 bis 4 Minuten auf jeder Seite goldbraun backen.

### Schritt 4

Fenchelwedel für die spätere Verwendung abtrennen. Fenchel und Weißkohl zusammen mit Zucker und Salz in einer Schüssel verkneten. Eine Orange mit heißem Wasser waschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben. Alle Orangen halbieren und den Saft in die Kohlmischung pressen. Kikkoman Sojasauce dazugeben und mit Pfeffer würzen. Gut mischen, abdecken und ca. 1 Stunde durchziehen lassen.

### Schritt 5

Sonnenblumen- oder Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten und auf einem Teller abkühlen lassen.

#### **Schritt 6**

Falls erforderlich, überschüssige Flüssigkeit aus dem Krautsalat abgießen.

#### **Schritt 7**

Grapefruit bis auf das Fruchtfleisch schälen und die Membranen entfernen.

#### **Schritt 8**

Abwechselnd 2 bis 3 Pfannkuchen mit dem Krautsalat und der Grapefruit schichten. Mit den Fenchelwedeln garnieren.