

Ovomaltine-Kokos Röllchen

Vorbereitung: 20 Min.
Portionen: 4
Proteingehalt: 19 g



Du benötigst:

- ✓ 3 Eier
- ✓ 150 g Mehl (Roggen oder Weizen)
- ✓ 250 ml Liter Milch (fettarm)
- ✓ 3 EL Kokosflocken
- ✓ Salz (Prise)
- ✓ Sukrin (icing)
- ✓ Butter (1-2 EL pro Palatschke)
- ✓ Ovomaltine (3 EL pro Palatschke)
- ✓ Pfanne + Pfannenheber
- ✓ Schüssel
- ✓ Schöpflöffel
- ✓ Handmixer oder Handquirl

Zubereitung in 9 einfachen Schritten

1. 3 ganzen Eier in einer großen Schüssel zerschlagen
2. Mehl, Milch, Kokosflocken und eine Prise zu den Eiern geben.
3. Die Masse mit einem Handmixer oder mit einem Handquirl vermischen
4. In einer großen Pfanne die Butter (1-2 EL) bodenbedeckt zerschmelzen
5. Mit Schöpflöffel so viel Teigmasse in die Pfanne, dass der Boden bedeckt ist
6. Mit Pfannenheber wenden und auch die andere Seite goldbraun backen
7. Die Palatschke auf Teller herausheben und mit 3 EL Ovomaltine bestreichen
8. Die Palatschke einrollen und mit einem Messer in Röllchen schneiden
9. Die Röllchen mit Sukrin / Kokosflocken bestreuen, servieren und genießen

Vplatten-Tipp

- Mit Bananen oder Kokos-Eis / Vanille-Eis servieren
- Wenn du keine Kokosflocken magst, dann einfach weglassen
- Probiere auch einmal eine andere Füllung (Honig, Marmelade, Erdnussbutter)

Du hast Fragen zum Rezept? Kontaktiere uns! info@vplatte.de - Tel.: 0800 70 70 070

