

# Klimafreundliche Nachbarschaftsküche

## Kräuterpfannkuchen mit Zitronen-Joghurt-Soße

### Zutaten für 4 Personen:

400 ml Pflanzenmilch

150 g junger Spinat

50 g Bärlauch oder andere frische Kräuter

200 g Dinkelmehl (Typ 630)

2 TL Backpulver

1 TL Salz

Etwas Öl zum Ausbacken

300 g Sojajoghurt

2 EL Zitronensaft

Abrieb von einer halben Zitrone

Salz, Pfeffer

### Emissionswerte pro Portion:

- 180 g CO<sub>2</sub>äq
- KlimaTeller Label und 67% besser im Vergleich zu einem durchschnittlichen Gericht

1. Pflanzenmilch, Salz, Spinat und Bärlauch bzw. Kräuter pürieren. Mehl und Backpulver untermischen. Kurz stehen lassen.
2. Pfanne heiß werden lassen, etwas Öl dazugeben und die Pfannkuchen nacheinander ausbacken. Evtl. warmstellen.
3. Für die Joghurtsoße den Joghurt mit dem Zitronensaft und Zitronenabrieb vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.