



Protein Pancakes

EINKAUFLISTE

- 2EL Magerquark.....
- 2EL gemahlene Mandeln.....
- 1TL Backpulver.....
- 2EL Proteinpulver.....
- 1 Schuss Milch.....
- 2 Eier.....
-
-
-
-
-
-
-
-