

Vollkorn-Pfannkuchen mit dreierlei Beilagen



Mit dreierlei süßen Beilagen

Ein schöner Abschluss des Haupt-Gerichts. Und auch des Abends.

Ein einfaches, schnell zubereitetes und süßes Dessert.

Pfannkuchen kann man ja auf unterschiedliche Weise zubereiten.

Pikant mit Beilagen wie Gemüse oder einer Sauce. Oder süß mit Beilagen als Dessert.

Dann gibt es noch die Variante Crêpe, ein sehr dünner, französischer Pfannkuchen, der meistens süß zubereitet wird.

In diesem Fall gibt es Pfannkuchen aus Vollkornmehl. Mit Ei und Milch. Und einer Prise Salz.

Als Beilage gleich drei davon, allesamt süß.

Pflaumenmus zum Bestreichen einer Hälfte des Pfannkuchen.

Puderzucker zum Darüberstäuben.

Und schließlich noch als kleine Besonderheit Granatapfelkerne.

Für 2 Personen

- 6 EL Vollkornmehl
- 2 Eier
- Milch
- Salz
- Rapsöl
- 4 EL Pflaumenmus (Glas)
- Puderzucker (Packung)
- 4 EL Granatapfelkerne (Glas)

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10–12 Min.



Pfannkuchen mit Vollkornmehl

Mehl in eine Schüssel geben.

Eier aufschlagen und dazugeben.

Einen großen Schluck Milch dazugeben.

Mit einer Prise Salz würzen.

Einen großen Schluck Rapsöl in zwei Pfannen erhitzen.

Pfannkuchen-Masse auf die beiden Pfannen verteilen und gleichmäßig rund ausbreiten.

Einige Minuten auf einer Seite braten und braun werden lassen.

Mit dem Pfannenwender wenden und nochmals einige Minuten auf der zweiten Seite braten.

Pfannkuchen herausnehmen und auf zwei Teller verteilen.

Jeweils eine Hälfte eines Pfannkuchens mit Pflaumenmus bestreichen. Pfannkuchen zusammenklappen.

Puderzucker darüberstäuben.

Mit Granatapfelkernen garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Pfannkuchenerbsen-Suppe



Leckere Suppe

Ja, wie soll ich diese Suppe nennen? Da ich sie selbst kreiert habe. Pfannkuchentropfen-Suppe? Oder doch eben Pfannkuchenerbsen-Suppe?

Sie erinnert mich an eine Suppe als Vorspeise, die ich früher in meiner Jugend im Skiurlaub zu Ostern in einer Gaststätte in Österreich immer sehr gerne gegessen habe. Sie war eine meiner Lieblings Speisen im Urlaub.

Es war eine Kichererbsensuppe. Also eine Rindsbouillon mit Kichererbsen als Einlage.

Diese habe ich jetzt sozusagen nachkreiert.

Ich habe einfach einen Rest eines Pfannkuchenteigs mit einem Küchensieb tropfenweise in das siedende Fett der Friteuse tropfen lassen. Und dort einige Minuten kross frittiert.

Dann die Erbsen auf ein Küchenpapier geben und abtropfen lassen.

Fertig ist die Einlage.

Als Suppengrundlage habe ich einen selbst zubereiteten Gemüsefond verwendet.

Das Ganze noch mit frischer, kleingewiegener Petersilie garnieren.

Fertig ist die leckere Suppe.

Süße Reis-Pfannkuchen mit Mango-Kompott

Nach der süßen Pasta und der süßen Pizza nun das dritte Gericht, das süß zubereitet wird.

Dieses Mal Pfannkuchen mit Milchreis.

Dazu frisches Mango-Kompott, zu dem ich den Mango erst etwas karameliere, dann in Cognac flambiere und etwas dünste.

Die Zubereitung nach Anleitung auf der Tüte des Milchreises habe ich verworfen. Bei der Menge an Pfannkuchen-Teig mit viel Milch würde der Teig in der Pfanne nur mit einigen Eigelben sicherlich nicht stocken. Ich habe stattdessen mehr Eier und auch die ganzen Eier verwendet.

Die Pfannkuchen schmecken natürlich schön süß und munden wirklich gut. Der Puderzucker rundet das Gericht noch etwas ab.

Das Mango-Kompott ist leider nicht so schön orangefarben

geworden, wie man eine Mango normalerweise kennt. Denn die verwendeten Mangos waren leider schon ein wenig überreif.

Verwenden Sie zum Backen der Pfannkuchen Rapsöl. Es lässt sich höher erhitzen. Olivenöl würde zu leicht verbrennen.

Aber alles in allem ein schön rundes Gericht.

[amd-zlrecipe-recipe:884]

Pfannkuchen und Lauch-Gemüse

Dies ist eigentlich kein gewöhnlicher Pfannkuchen, wie man ihn sonst zubereitet. Also mit ganzen Eiern, Milch und Mehl.

Nein, ich habe ja in den letzten Tagen des öfteren eine frische Sauce Hollandaise für frischen Spargel zubereitet. Und dafür braucht man eben nur die Eigelbe. Also hatte ich eine Schale voll mit Eiweißen übrig, die ich hier für die Pfannkuchen verwende. Es handelt sich somit eher um einen Eiweiß-Pfannkuchen.

Für das Gemüse dünste ich kleingeschnittene Schalotten und Knoblauchzehen und eine Stange kleingeschnittenen Lauch in viel Butter an. Dann gebe ich Mehl hinzu für eine angedickte Sauce und brate es leicht mit an. Ich lösche mit etwas Milch ab und erstelle somit eine schöne helle, sämige Sauce, die ich noch würze.

[amd-zlrecipe-recipe:661]

Pfannkuchen mit Kirsch-Heidelbeere-Marmelade

Noch ein weiteres vegetarisches Rezept.

Ein einfacher Pfannkuchen, zubereitet aus Mehl, Milch und Ei.

Dazu eine ebenfalls einfache Kirsch-Himbeere-Marmelade, die ich über den gebackenen Pfannkuchen auf dem Teller gebe.

Man kann auch anstelle eines Pfannkuchens eine Crêpe zubereiten, dazu macht man einfach den Teig dünnflüssiger und brät diesen dann auch dünner in der Pfanne aus.

[amd-zlrecipe-recipe:607]

Pfannkuchen mit Himbeer-Marmelade

Ein weiteres vegetarisches Rezept.

Ein einfacher Pfannkuchen, zubereitet aus Mehl, Milch und Ei.

Dazu eine ebenfalls einfache Himbeer-Marmelade, die ich über den gebackenen Pfannkuchen auf dem Teller gebe.

Man kann auch anstelle eines Pfannkuchens eine Crêpe zubereiten, dazu macht man einfach den Teig dünnflüssiger und brät diesen dann auch dünner in der Pfanne aus.

[amd-zlrecipe-recipe:606]

Pfannkuchen mit Heidelbeer-Marmelade-Füllung

Pfannkuchen kann man ja auf die unterschiedlichste Weise zubereiten. Man kann sie süß oder pikant und herzhaft zubereiten. Meisten bereitet man als Beilage ein Gemüse dazu, das man mit einer schmackhaften Sauce zubereitet.

Oder man verwendet süße Zutaten wie Konfitüre, Schokoladen- oder Vanille-Sauce oder sogar einen Nuß-Nougat-Aufstrich. Oder man kann sogar Eis dazu geben.

Bereitet man den Pfannkuchenteig sehr dünnflüssig zu, denn bereitet man französische Crêpes zu. Auch diese kann man je nach Wunsch süß oder pikant und herzhaft zubereiten.

Ein richtiger Pfannkuchen hat jedoch einen dickeren Teig, in den man nicht sehr viel Milch gibt.

Ich bereite heute einfach Pfannkuchen zu. Die ich mit einer gewöhnlichen Heidelbeer-Marmelade fülle.

Einfach. Schnell. Schmackhaft.

[amd-zlrecipe-recipe:401]

Kochzange



Weiter geht es mit dieser Kochzange. Diese wollte ich mir schon seit langem kaufen. Man verwendet sie am besten für das Wenden von Steaks oder Schnitzeln in der Pfanne. Verwendet man hierbei eine Fleischgabel, tritt ja Fleischsaft an der Stelle, an der man ins das Fleisch sticht, aus.

Man kann die Kochzange somit für Steaks, Schnitzel, Rösti, Frikadellen oder vielleicht auch Pfannkuchen verwenden. Oder sogar für das Panieren in Mehl, Ei und Semmelbrösel für

diverse Produkte.

Ich werde die eine oder andere Verwendungsweise der Kochzange sicherlich noch herausfinden.

Foto Copyright: amazon.de

Pfannkuchen mit Sauerkirsch-Füllung



Süßer Pfannkuchen

Ich bereite ein süßes Pfannkuchengericht zu. Da ich als Füllung Sauerkirschen und etwas Honig hineingebe, würze ich den Pfannkuchen nicht, er soll somit neutral schmecken.

Zutaten für 2 Personen:

- 6 EL Mehl
- 2 Eier
- etwa 200 ml Milch
- 6 EL Sauerkirschen (Glas)
- Honig

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 2 Min. | Garzeit 5 Min.

Mehl in eine Schüssel geben. Eier aufschlagen und dazugeben. Milch hinzugeben. Mit dem Schneebesen gut verrühren.

Öl in zwei Pfannen erhitzen. Jeweils die Hälfte der Pfannkuchenmasse in eine der Pfannen geben und mit dem Kochlöffel gut verteilen. Pfannkuchen jeweils etwa 2–3 Minuten auf beiden Seiten anbraten.

Pfannkuchen herausnehmen und auf zwei Teller geben. Etwas Honig darüber träufeln. Sauerkirschen jeweils in der Mitte daraufgeben. Pfannkuchen von den Rändern her zusammenrollen. Auf die zusammengerollten Pfannkuchen nochmals etwas Honig träufeln. Servieren.

Pfannkuchen mit Hackfleisch-Gemüse-Füllung



Leckere Füllung

Dies ist ein einfaches Gericht, das man auch als Vegetarier essen kann, lässt man das Hackfleisch weg.

Ich bereite eine Füllung zu aus Hackfleisch, Paprika, Zuckerschoten, Salatgurken, Champignons, Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel. Ich würze das Ganze kräftig mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer.

Mein Rat: Wenn die Füllmasse etwas zu viel ist, benötigt der gefüllte Pfannkuchen doch einen Zahnstocher zum Zusammenhalten zum Servieren.

Zutaten für 1 Person:

Für den Pfannkuchen:

- 3 gehäufte Esslöffel Mehl
- Milch
- 1 Ei

Für die Füllung:

- 125 g Hackfleisch

- 1/4 rote Paprika
- 5 Zuckerschoten
- 1 1/2 Mini-Salatgurken
- 2–3 weiße Champignons
- 1/2 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 1/2 Lauchzwiebel
- 1 Ei
- scharfes Rosen-Paprikapulver

- Salz
- bunter Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Paprika, Zuckerschoten, Salatgurken, Champignons und Lauchzwiebel putzen und ebenfalls kleinschneiden.

Hackfleisch in eine Schüssel geben. Gemüse dazugeben. Ei aufschlagen und dazugeben. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer kräftig würzen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Füllung einige Minuten darin anbraten. Herausnehmen, in eine Schüssel geben und warmhalten.

Mehl in eine Schüssel geben. Ei aufschlagen und dazugeben. Einen Schuss Milch dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Schneebesen gut verrühren

Butter in der gleichen Pfanne erhitzen, Pfannkuchenmasse hineingeben und verteilen. Auf jeder Seite einige Minuten anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben. Füllmasse längs in die Mitte geben und Pfannkuchen zusammenklappen. Servieren.

Pfannkuchen mit Oliven-Füllung



Leckerer Pfannkuchen mit Füllung

Dieses Rezept muss ich unbedingt mit Euch teilen. Es ist ein einfaches Gericht, das schnell zubereitet ist.

In nicht einmal 15 Minuten hat man ein Essen auf dem Tisch.

Und es lässt sich noch gut variieren. Man kann in die Füllung zu den Oliven z.B. noch Mozzarella- oder Schafskäsewürfel dazugeben, oder frische Kräuter wie Rosmarin, Thymian oder Oregano.

Und noch dazu ist es ein vegetarisches Gericht.

Mein Rat: Selbst zubereiteten Gemüfefond verwenden, die Füllung schmeckt authentischer.

Zutaten für 1 Person:

Für den Pfannkuchen:

- 3 EL Mehl
- 1 Ei
- Milch
- Öl

Für die Füllung:

- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 100 g grüne Oliven
- Gemüsefond
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Oliven grob zerkleinern.

Butter in einem kleinen Topf erhitzen. Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel darin anbraten. Oliven dazugeben. Etwas Fond dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas köcheln lassen und fast komplett reduzieren.

Mehl in eine Schüssel geben. Ei aufschlagen und dazugeben. Einen Schuss Milch dazugeben. Alles mit dem Schneebesen verrühren.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Teig hineingeben und verteilen. Pfannkuchen auf beiden Seiten einige Minuten braten. Herausnehmen und auf einen Teller geben. Füllung darauf geben und Pfannkuchen zusammenrollen. Alles servieren.

Pfannkuchen-Suppe



Da ich vor kurzem Pfannkuchen zubereitet habe, bereite ich dabei meistens noch einen weiteren Pfannkuchen zu. So kann man sich schnell und einfach eine schöne Suppe zubereiten.

Schön, wenn man auch noch frische Petersilie oder Schnittlauch zum Garnieren hat.

Ich führe die Zubereitung des Pfannkuchens aber hier nochmal auf, damit man dies nachvollziehen kann.

Mein Rat: Selbst zubereiteten Gemüfefond verwenden, die Suppe schmeckt besser.

Zutaten für 2 Personen:

- 500 ml Gemüsefond
- Salz
- schwarzen Pfeffer
- Schnittlauch

Für den Pfannkuchen:

- 3 EL Mehl
- 1 Ei
- Milch
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 5 Min.

Mehl in eine Schüssel geben. Ei aufschlagen und dazugeben. Einen Schuss Milch dazugeben. Mit dem Schneebesen gut verrühren.

Öl in einer Pfanne erhitzen, Teig hineingeben und verteilen. Pfannkuchen auf beiden Seiten jeweils 2–3 Minuten braten. Pfannkuchen herausnehmen und auf einen Teller geben. In feine Streifen schneiden.

Schnittlauch kleinwiegen. Fond in einem Topf erhitzen. Pfannkuchenstreifen dazugeben und erhitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Suppe in zwei tiefe Suppenteller geben, mit Schnittlauch garnieren und alles servieren.

Pfannkuchen mit Pfifferling-Füllung



Einen Pfannkuchen habe ich schon lange nicht mehr zubereitet. Ich hatte deswegen richtig Appetit darauf.

Ich bereite die Füllung mit Pfifferlingen zu, wobei ich auf tiefgefrorene Pfifferlinge zurückgreife. Dazu etwas frische Petersilie.

Mein Rat: Bereitet man den Teig etwas dicker zu, erhält man einen Pfannkuchen. Gibt man mehr Milch hinzu, erhält man eine dünne Crêpes.

Noch ein Rat: Selbst zubereiteten Gemüfefond verwenden, die Füllung schmeckt dann noch authentischer.

Zutaten für 1 Person:

Für den Teig:

- 6 EL Mehl
- 2 Eier
- Milch

Für die Füllung:

- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 100 g Pfifferlinge
- 1/2 Bund Petersilie
- Gemüsefond
- Olivenöl

- Salz
- schwarzer Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Petersilie kleinwiegen.

Mehl in eine Schüssel geben. Eier aufschlagen und dazugeben. Einen Schuss Milch dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Schneebesen verrühren.

Öl in einem Topf erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel darin anbraten. Pfifferlinge dazugeben und mit anbraten. Etwas Fond dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie dazugeben. Etwas köcheln lassen.

Währenddessen Öl in einer Pfanne erhitzen. Teig hineingeben und gut verteilen. Pfannkuchen auf beiden Seiten einige Minuten braten. Herausnehmen und auf einen Teller geben. Füllung darauf geben und Pfannkuchen zusammenschlagen. Servieren.