

Pfannkuchengefüllt mit Spinatan buntem Salat



Zutaten für 4 Personen:

Für den Pfannkuchen:

400 g Mehl
4 Eier
¾ Liter Milch
1 TL Salz

Für die Füllung:

1 kg Spinat
1 Zwiebel
Butter
Salz
Muskat
1 Becher Crème fraîche

Für die Salatmarinade:

je 8 EL Olivenöl und Balsamico-Essig
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 TL Senf und 1 Prise Salz
Pfeffer
Zucker

Zubereitung:

Pfannkuchenteig:

Alle Zutaten zu einem glatten Teig verrühren. Je nach Konsistenz mit Milch verflüssigen. Etwas stehen lassen, damit der Teig aufquillt. Anschließend in einer Pfanne mit Öl Pfannkuchen von beiden Seiten goldbraun backen.

Spinatfüllung:

Den Spinat waschen und blanchieren. Danach hacken. Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden, Butter in einen Topf geben und darin die Zwiebelwürfel glasig dünsten. Anschließend den Spinat hinzugeben, mit Salz und Muskat abschmecken und Crème fraîche dazugeben. Anschließend je zwei Löffel der Masse auf je einem Pfannkuchen verteilen, die Pfannkuchen einrollen und in der Mitte durchschneiden. Um alle Pfannkuchen gleichzeitig servieren zu können, diese in eine Auflaufform geben und zugedeckt bei 180 Grad Celsius etwa 20 Minuten nochmals aufbacken.

Salat:

Salat zupfen und putzen, Rucola grob hacken, Tomaten vierteln. Olivenöl, Balsamico-Essig, Salz, Pfeffer, die fein gehackte Zwiebel und den Knoblauch, Senf und Zucker vermengen. Gegebenenfalls mit Wasser auffüllen und zu einem Dressing verrühren und über den gemischten Salat geben.

Rezept: Carmen Koch