

Kräuterpfannkuchen mit Gemüse-Topping

Diese herzhaften Pfannkuchen kommen mit frischem Gemüse und reichlich Kräutern erfrischend anders daher. Außerdem liefern sie viele Vitamine.



Zutaten für 4 Portionen:

Pfannkuchen:

- ½ Bund Schnittlauch
- ¼ Bund Petersilie
- 2 Stängel Bärlauch (falls vorhanden)
- 1 Bund Kerbel
- 1 Bund Sauerampfer
- 4 Eier
- 100 g Mehl
- 500 ml Milch
- 100 ml Mineralwasser
- Salz
- Pfeffer
- 1 EL Öl zum Anbraten

Topping:

- 1 rote Paprika
- 3 Tomaten
- 1 Zucchini
- 1 Bund Frühlingszwiebeln

- 1 EL Öl zum Anbraten
- 100 g Schafskäse

Zubereitung:**Pfannkuchen:**

- Die Kräuter fein hacken.
- Von vier Eiern das Eiweiß vom Eigelb trennen. Das Eiweiß steif schlagen und beiseite stellen.
- Die Eigelbe mit Mehl, Milch und Mineralwasser zu einem glatten Teig verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend das Eiweiß unterheben.
- 1 EL Öl in einer backofenfesten Pfanne kurz auf dem Herd erhitzen.
- Den Teig in die Pfanne geben und kurz stocken lassen.
- Den Pfannkuchen für 15 Minuten bei 160°C im Backofen durchgaren lassen.

Gemüse-Topping:

- Paprika, Tomaten und Zucchini in kleine Stücke schneiden und beiseite stellen.
- Die Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden und in einem Topf mit 1 EL Öl anbraten. Das klein geschnittene Gemüse zugeben und gemeinsam bei geringer Hitze garen.
- Den Pfannkuchen in Stücke schneiden, mit dem Gemüse belegen und mit fein zerbröseltem Schafskäse garnieren.