

CRÊPE



Rezept: Anna Helm Bexter. Alles aus 1 Pfanne. AT-Verlag 2018 - Foto: compactcook.com

AUFWAND
mittel

KOCHDAUER
25 Min.

SAISON
ganzjährig

HERKUNFT
Frankreich

KURZ VORGESTELLT

Die französischen Omeletten passen zu vielen Gelegenheiten: Etwa mit frischen Früchten zu einem ausgedehnten Morgenessen.

ZUTATEN (6 PERSONEN)

4	Ei, gross	1 EL	Zucker
2.5 dl	Vollmilch	1 Pr	Salz
120 g	Mehl	4 EL	Kokosöl, zum Braten
		200 g	Früchte

ZUBEREITUNG

1. Eier, Milch, Mehl, Zucker und Salz 15 Sek. mixen. 30 Min. bis max. 48 Std. kühl stellen.
2. Eine Edelstahlpfanne leer erhitzen. 0,5 TL Kokosöl gleichmässig darin verteilen. 1 Schöpflöffel Teig in die Pfanne geben und durch sofortiges Schwenken gleichmässig verteilen. 45 Sek. hell goldbraun backen. Wenden und auf der anderen Seite 30 Sek. backen.
3. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Mit dem restlichen Teig ebenso verfahren.
4. Früchte zubereiten, in Crêpe legen und dekorativ falten.

TIPP: Zutaten mit einem Trichter in eine leere Plastikflasche geben und schütteln. Den fertigen, gekühlten Teig lässt sich so bequem portionieren.