



REZEPT DER WOCHE

KW 01 03.01. - 09.01.2022

Gratinierter Pfannkuchen mit Mangold-Champignon-Füllung

(Für 4 Personen)

Das brauchen Sie:

Für die Pfannkuchen:

- 180g Mehl z.B. Dinkel 630
- 300ml Milch
- 2 Eier
- Etw. Bratöl

Für die Füllung:

- 500g Mangold
- 150g Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 150g Champignons
- Etw. Butter
- 50ml Gemüsebrühe
- 150g Creme Fraiche
- Pfeffer, Salz, Oregano nach Belieben
- 100g Parmesan

Und so geht's:

Milch, eine Prise Salz und Eier in einer Schüssel zu einem glatten Teig verrühren. In der Zwischenzeit den Mangold waschen und in kleine Streifen schneiden. Zwiebeln und Knoblauch klein schneiden und in einer Pfanne mit zerlassener Butter zusammen mit dem Mangold einige Minuten anschwitzen. Die Pilze ebenfalls klein schneiden und hinzugeben. Die Gemüsebrühe unterrühren. Zuletzt die Creme Fraiche dazugeben und nach Belieben mit Pfeffer, Salz und Oregano abschmecken.

In einer Pfanne Bratöl erhitzen und 4 Pfannkuchen ausbacken. Währenddessen den Backofen auf 200°C vorheizen. Die vier Pfannkuchen gleichmäßig mit der Mangold-Champignon-Masse füllen, zuklappen und in eine Auflaufform legen. Den Parmesan grob reiben und die Pfannkuchen damit bestreuen. Das Ganze im Ofen ca. 15 Minuten überbacken.

Wir wünschen Ihnen gutes Gelingen!

Bei Rückfragen sind wir für Sie erreichbar:
Tel. (0 72 23) 8 06 22 30
E-Mail: info@deckersbiohof.de
www.deckersbiohof.de

DECKERS **BIO** **HOF**