

Pfannkuchen mit Lauchfüllung und Salat



healthtv.de/sendungen/10/Gewusst_wie_Rachs_5euro_Kueche/76/Pfannkuchen_mit_Lauchfuellung_und_Salat.html

Zutaten für 8 Pfannekuchen:

- 150 g Mehl
- 2 Eier
- Salz
- 250 – 300 ml Milch oder Mineralwasser
- 50 g Butter zum Ausbacken

Lauchfüllung:

- 500 g Lauch (1-2 St.)
- 30 g Butter
- 150 ml Sahne
- 100 g gekochter Schinken (artgerechte Haltung)
- 100 g Bergkäse
- Salz, Pfeffer
- Geriebene Muskatnuss

Salat:

- 2 Salatherzen
- 1 TL Senf
- 2 EL Weißweinessig
- 50 ml Sahne
- Salz, Pfeffer
- 1 EL Schnittlauchröllchen

Zubereitung:

1. Aus Mehl, 2 Eiern und Milch einen glatten Teig rühren und mit etwas Salz würzen. Den Teig ca. 30 Min. ruhen lassen. Sollten im Teig kleine Klümpchen sein, die Masse durch ein feines Sieb passieren.
2. Ein kleines Stück Butter in einer großen Pfanne aufschäumen lassen, eine Kelle des Pfannkuchenteigs hinzugeben und auf beiden Seiten goldgelb backen. Mit der restlichen Butter und dem Pfannkuchenteig fortfahren, die gebackenen Pfannkuchen warm stellen.
3. Währenddessen Lauch putzen, waschen und ca. 1,5 cm breit blättrig schneiden.
4. 30 g Butter in einer Pfanne aufschäumen, Lauch zufügen und bei mittlerer Temperatur weich dünsten. Sahne angießen und einkochen lassen. Gekochten

- Schinken in kleine Quadrate schneiden, Bergkäse reiben. Schinken und die Hälfte des Käses zum Lauch geben und die Füllung mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.
5. Backofen auf 200°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Eine passende Auflaufform mit Butter fetten. Pfannkuchen nebeneinander ausbreiten, mit Lauchgemüse füllen, aufrollen und in die Auflaufform setzen. Den restlichen Käse darüber verteilen und die Auflaufform für ca. 15 Min. in den heißen Ofen schieben.
 6. Währenddessen die Salatherzen putzen, waschen und trockenschleudern. Senf, Weißweinessig und Sahne mit etwas Salz, Pfeffer und den Schnittlauchröllchen verrühren. Den geputzten Salat mit der Vinaigrette anmachen.
 7. Die gratinierten Pfannkuchen aus dem Ofen nehmen und mit dem Salat servieren.

Preis pro Portion: 2,30 €