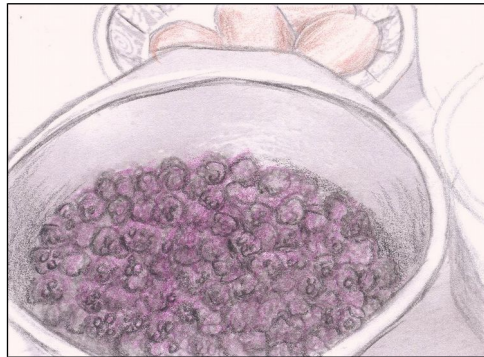


Brombeerpfannekuchen

brombpfannek07q.odt

Zutatenliste für 10 Pfannekuchen:

500 g Mehl
100 g Haferflocken
6 Eier (320 g)
Salz
650 g Joghurt
125 g Milch
20 EL Öl(200 g)
400 g Brombeeren
75 g Zucker



Brombeeren aus Dortmund

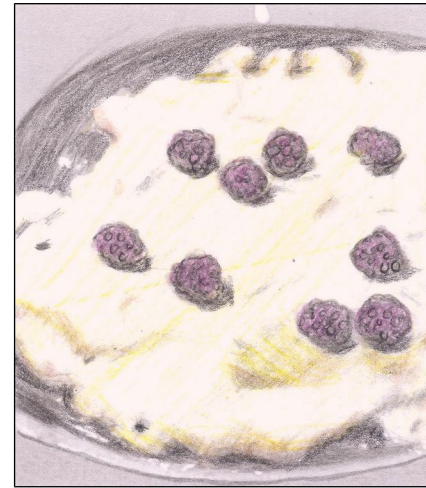
Zubereitung:

Das Mehl, die Haferflocken und das Salz gut mischen. Erst die Eier, dann den Joghurt zugeben. Das Ganze mit dem Mixer gut durchrühren, Beim Rühren soviel Milch zugeben, bis die Konsistenz stimmt.

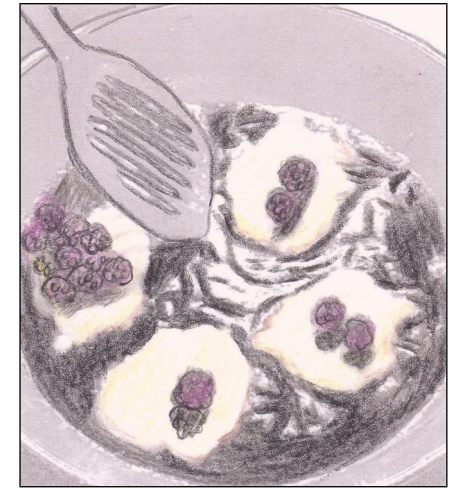
Öl in der Pfanne erhitzen, mit einer Kelle den Teig in die heiße Pfanne füllen und verteilen, sofort ein paar Brombeeren darüber streuen und mit dem Pfannenwender in den frischen Teig eindrücken. Sobald der Pfannekuchen am Rand braun wird, wenden. Die fertigen Pfannekuchen auf einem Teller aufstapeln, jeweils einen knappen EL Zucker auf jeden Pfannekuchen streuen.

Sofort ca 2 EL neues Öl in die Pfanne geben, und gleich den Teig für den nächsten Pfannekuchen einfüllen.

Vorbereitungszeit: xx Std. Kosten pro Portion: xxx
Zubereitungszeit: xx Min. Kalorien pro Portion: xxx
Schwierigkeitsgrad: Mittel K: xxx F: xxx E: xxx

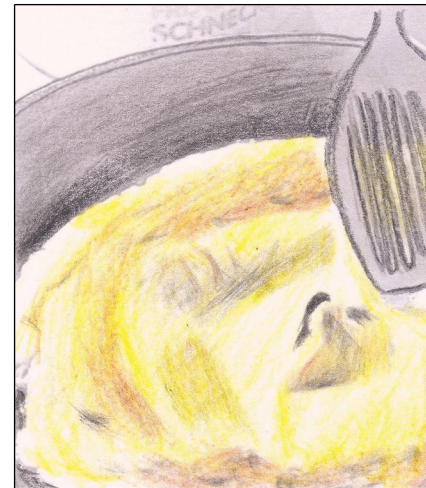


Frisch in der Pfanne

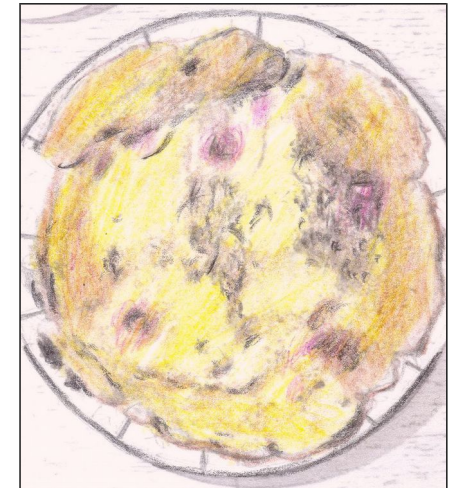


Kann man auch Kleine machen

Erst servieren, wenn alle Pfannekuchen fertig sind. Sonst wird der Koch hungrig.



Gerade umgedreht



Fertig aufgetischt

Pfannekuchen kann man süß, z.B. klassisch mit Äpfeln oder auch herzhaft mit Speck, Zwiebeln und Käse machen, mit einer Tunke aus Maggi und Essig und Salz.