

- Rezept der Woche -

Mangoldpfannkuchen mit Karottenlachs

Zutaten für 2 Personen:

- 100 g Mangold ohne Stiele oder Schnittmangold (Alternative: Spinat)
- 200 g Dinkelmehl Type 630
- 1 Ei (ca. 60 g)
- 1/2 Bund Petersilie (Alternative: Dill)
- 200 g saure Sahne
- Saft einer halben Limette
- 1 Mini-Gurke
- 200 g frische Erdbeeren (Alternative: 2 Tomaten oder 1 Paprika)
- Öl
- Salz und Pfeffer
- Karottenlachs (siehe separates Rezept)

Zubereitung

- 100 g Mangold, 300 ml Wasser und 1 TL Salz mit dem Pürierstab oder in einem Mixer fein pürieren
- In eine Schüssel umfüllen und mit Dinkelmehl und Ei zu einem Teig verrühren, sollte der Teig sehr dickflüssig ist, noch 100 ml Wasser hinzufügen
- In einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze 1 TL Öl erhitzen, 3 EL Teig in die Pfanne geben, verteilen und den Pfannkuchen von beiden Seiten ausbacken. Auf diese Weise ca. 6 Pfannkuchen herstellen
- Petersilie waschen und fein hacken, zusammen mit saurer Sahne, Limettensaft sowie etwas Salz und Pfeffer verrühren
- Gurke und Erdbeeren waschen und in Scheiben schneiden
- Auf jeden Pfannkuchen etwas Petersilien-Dip verteilen, dann den Karottenlachs und die Gurken- und Erdbeeren-Scheiben
- Pfannkuchen einklappen und auf Tellern anrichten

Guten Appetit!