



Rübstiel-Pfannkuchen

Zutaten für 4 Pers. Zubereitungszeit ca. 50 Min.

- | | |
|---------------------------------|--|
| 250 g Dinkel-Mehl | Das Mehl |
| Salz | mit 1 Msp. Salz mischen, |
| 3 Eier | dann mit Eiern |
| 250 ml Milch | und Milch verrühren und quellen lassen. |
| 1 Bund Rübstiel | Den Rübstiel waschen, putzen und in ca. 1 cm lange Stücke schneiden. |
| 1 Zwiebel | Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Ein Viertel des Rübstiels unter den Teig rühren |
| Rapsöl | 1 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Den restlichen Rübstiel dazugeben, |
| Salz, Pfeffer | mit Salz, Pfeffer |
| Muskat | und Muskat würzen. Den Rübstiel zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 10 Min. dünsten. |
| 100 g Schmand | Den Schmand unterrühren und das Gemüse warm halten. |
| | Aus dem Teig nacheinander 4 Pfannkuchen backen und füllen. Dafür die Pfanne reinigen, jeweils 1 TL Öl darin erhitzen und ein Viertel von dem Teig darin ca. 1-2 Min. backen. |
| 30 g frisch geriebener Parmesan | Den Pfannkuchen wenden, mit etwas Parmesan bestreuen und zugedeckt fertig backen. Den Pfannkuchen auf eine Platte geben, ein Viertel von dem Rübstielgemüse auf eine Hälfte des Pfannkuchens geben und die andere Hälfte darüber schlagen. |