

Herzhaft gefüllte Pfannkuchen

Zutaten | 5 Portionen

Für den Teig

200 g	Mehl
4	Eier
1 Pr	Salz
1 TL	Zucker
Ca. 260 ml	Vollmilch
	Butterschmalz (zum Ausbacken in der Pfanne)

Für die Füllung

Ca. 200 g	Gekochter Schinken
Ca. 150 g	Cocktailtomaten
Ca. 200 g	Käse nach Wahl (Gouda, Tilsitter, Mozzarella)
	Salz, Pfeffer, Paprikapulver

Zubereitungszeit: 30 Min.

Zubereitung:

- Mehl in eine Schüssel sieben, Eier, Salz und Zucker dazugeben und nach und nach die Milch unterrühren bis eine gleichmäßige nicht zu dicke oder zu dünne Pfannkuchenmasse entstanden ist. Den Teig ca. 20 Minuten ruhen lassen.
- Für die Füllung sämtliche Zutaten klein schneiden, den Käse reiben.
- Eine Pfanne erhitzen, ca. 1 EL Butterschmalz darin auslassen und eine Kelle Pfannkuchenteig hineingeben, Teig gleichmäßig verteilen und kurz anbacken lassen, wenden.
- Etwas von der Füllung auf die eine Hälfte vom gewendeten Pfannkuchen verteilen, und die freie Hälfte überklappen.
- Kurz weiterbacken lassen, sodass die Füllung etwas gart und der Käse schmelzen kann.

Tipp:

Spielen Sie mit den Zutaten für die Füllung: alles was der Kühlschrank hergibt und was Sie mögen kann verwendet werden. Dieses Rezept ist eine schöne Art der Resteverwertung. Sehr gut schmeckt z.B. gewürfelter Speck, frische Pilze, Frühlingszwiebeln, Mais usw. Für eine gewisse Cremigkeit kann man die Zutaten der Füllung auch mit Frischkäse vermengen und mit z.B. frischen Kräutern verfeinern. Wer eine Käsekruste haben möchte, gibt einfach noch etwas Käse auf den zusammen geklappten und gefüllten Teig, wendet diesen erneut, sodass der Käse schmelzen kann. Für eine knusprige Kruste den Pfannkuchen unter den Grill im Backofen stellen.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion **VON 251 g**:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
477 kcal	27,8 g	23,9 g	36,3 g	369 mg