



Crêpes – Goldbraun schmeckt's am besten

Nährwert

ca. 979 kJ / 234 kcal pro 100 gr

Kochutensilien

- Herdplatte
- Teflonpfanne
- Schüssel 25 cm
- Schwingbesen
- Pfannenwender

Zutaten

Menge

Zutat

Für 14-18 Crêpes von 20 cm Ø

250 g

Mehl

½ TL

Salz oder

2-3 EL

Zucker (süße Crêpes)

4

Eier (= 210 g)

6 dl

Milch

100 g

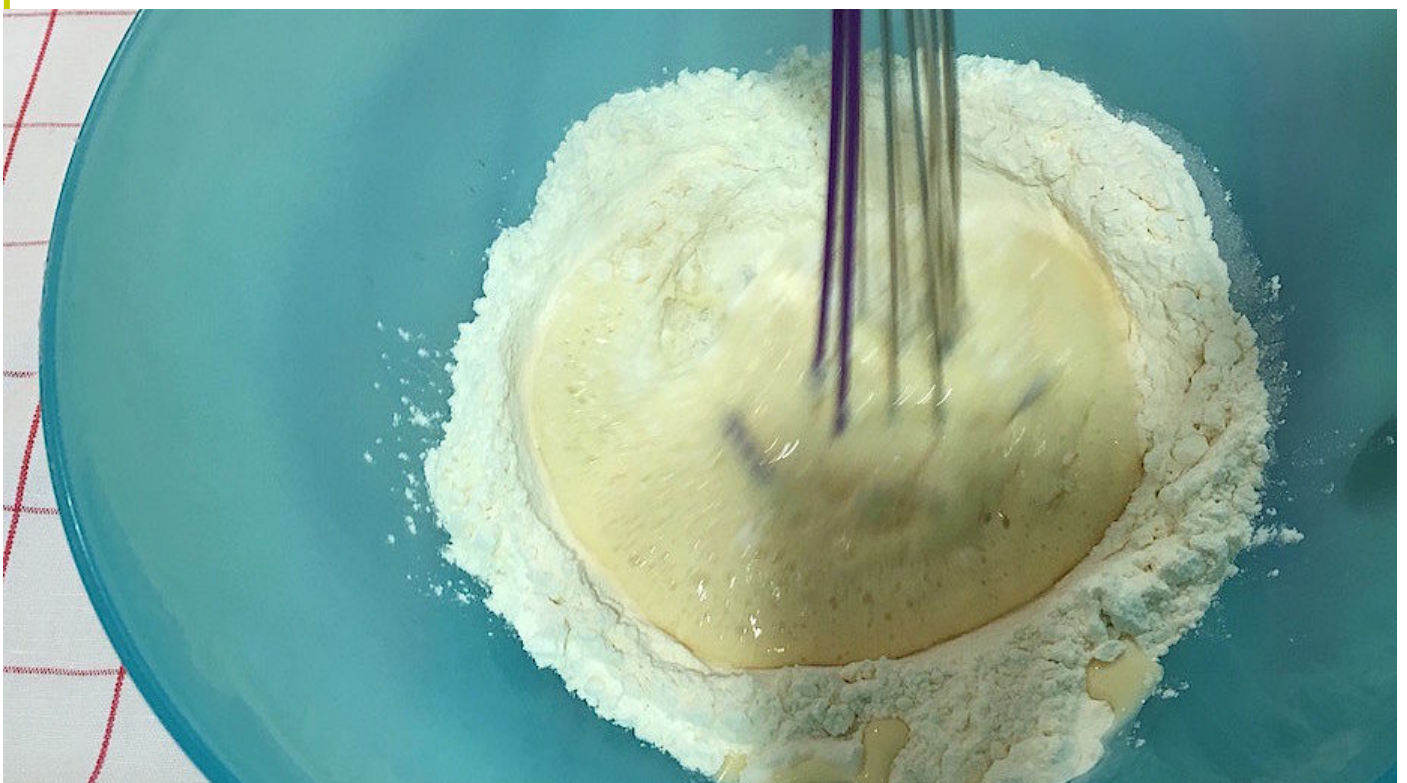
Butter, geschmolzen

Vorgehen



Schritt 1

250 g Mehl, $\frac{1}{2}$ Teelöffel Salz oder 2-3 EL Zucker (süße Crêpes) in einer Schüssel mischen. Eine Mulde formen.



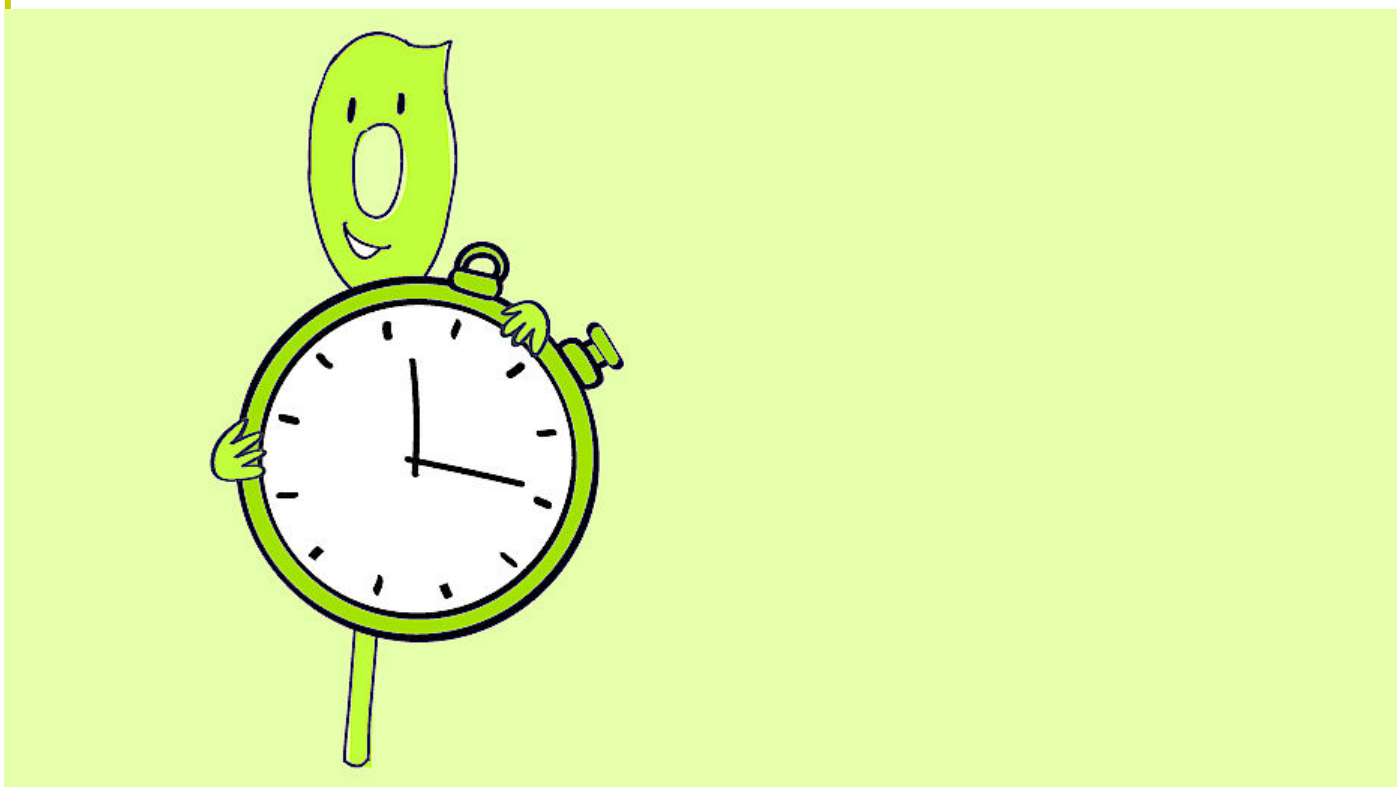
Schritt 2

4 Eier (= 210 g) und 6 dl Milch verrühren, nach und nach zum Mehl hinzufügen, alles mit einem Schwingbesen verrühren.



Schritt 3

100 g geschmolzene Butter darunter mischen bis der Teig glatt ist.



Schritt 4

Zugedeckt 30 min bei Raumtemperatur ruhen lassen.



Schritt 5

Etwas Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen.



Schritt 6

Eine kleine Kelle voll Teig unter kreisenden Schwenkbewegungen in die Pfanne giessen, so dass der ganze Pfannenboden gleichmässig dünn mit Teig überzogen ist. Crêpe auf der ersten Seite hellbraun backen.



Schritt 7

Mit einer Bratschaufel oder durch „Aufwerfen in die Luft“ wenden. Zweite Seite nur kurz fertig backen. Auf einen vorgewärmten Teller geben, im auf 80 °C vorgeheizten Ofen warm stellen.



Tipps

Lecker

Als Zutaten für süsse respektive salzige Crêpes eignen sich selbstgemachtes Kompott oder frische Beeren, Nutella, Konfitüren, Honig, Glaces usw. respektive Käse, Geschnetzeltes, Tomaten, Salat usw.

Alternative

Statt Bratbutter kann HOLL-Rapsöl verwendet werden.



Warum werden Crêpes beim Anbraten braun?

Was haben
Crêpes, Pommes
Frites und Kaffee
gemeinsam?

