

# Hier und heute



## **Knusprige Speckpfannkuchen und Mamas Apfelpfannkuchen**

Lars Middendorf macht in seiner schnellen Feierabendküche zweierlei Pfannkuchen – einmal herzlich und einmal süß. Unser Koch zeigt, wie die Speckpfannkuchen besonders knusprig gelingen und aus Mamas Apfelpfannkuchen eine leckere Pfannkuchen-Torte wird.

### **Die Rezepte**

von Lars Middendorf für 4 Personen

### **Knusprige Speckpfannkuchen**

#### **Zutaten für die Speckpfannkuchen**

- 100 g Dinkelmehl
- 100 g Roggenmehl
- 400 ml Milch
- 4 Eier
- etwas Salz
- 16 Scheiben Speck

#### **Zutaten für den Beilagensalat**

- 1 Kopfsalat
- 2 EL Joghurt
- Saft einer Zitrone
- 2 EL Rapsöl
- Salz, Pfeffer
- 1 EL Honig
- 1 EL grober Senf
- 50 g geriebener Parmesan

### **Zubereitung**

Für den Pfannkuchenteig zunächst Mehl und Milch gut verrühren. Dann die Eier hinzugeben und alles vorsichtig salzen.

Die Speckscheiben in je vier Stücke schneiden und für die Pfannkuchen je acht Stücke in einer beschichteten Pfanne auslassen.

Wenn der Speck knusprig ist, den Teig darübergießen und von beiden Seiten goldbraun backen.

Den Kopfsalat putzen, waschen und trocknen. Joghurt, Zitronensaft, Rapsöl, Honig und Senf zu einem Dressing verrühren. Den Parmesan hinzugeben und das Dressing mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Salat kurz vor dem Servieren mit dem Dressing anmachen und zum Pfannkuchen servieren.

### **Mamas Apfelpfannkuchen**

#### **Die Zutaten**

- 400 g Weizenmehl
- 400 ml Milch
- 110 g Mineralwasser
- 4 Eier

# Hier und heute



- 3 Boskoop-Äpfel
- 50 g Vanillezucker
- Salz
- 1 TL Zimt
- 3 TL Zucker
- Pflanzenöl zum Ausbacken

## Zubereitung

Eier trennen und die Eiweiße mit Vanillezucker aufschlagen. Eigelbe mit Milch, einer Prise Salz und Mehl glattrühren.

Die Äpfel schälen, vierteln und entkernen, dann in feine Blätter schneiden.

Zuerst die Äpfel und das Mineralwasser, dann den Eischnee unter die Eigelbmasse heben.

Teig für zehn Minuten ziehen lassen.

Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, den Teig mit einer Kelle hineingeben und die Pfannkuchen nach und nach ausbacken.

Zimt und Zucker miteinander mischen.

Die Pfannkuchen mit der Zimt-Zucker-Mischung bestreuen und genießen.

**Tipp:** Die Pfannkuchen auf einen großen Teller übereinander schichten und auf jeden Pfannkuchen Zimt und Zucker streuen. So entsteht eine leckere „Pfannkuchen-Torte“.