



Stufe 1



Zubereitungszeit: 30 Min.

Mohn-Crêpes mit marinierten Erdbeeren



Zutaten für den Teig:

150 g Weizenmehl
2 EL Mohn
1 EL Rohrohrzucker
2 TL Backpulver
1 Msp Salz
250 g Buttermilch
1 Ei

Zutaten für den Belag:

200 g Erdbeere(n)
1 EL Zucker
1, Saft und Schale Zitrone, unbehandelt



Rösle Spiralbesen



Rösle Zitronenpresse



Le Creuset Crêpes-Pfanne aus Gusseisen



Le Creuset Servierschale in kirschrot

1

Erdbeeren putzen, in kleine Stücke schneiden und mit Zucker, Zitronensaft und fein geriebener Zitronenschale marinieren.

2

Mehl, Mohn, Zucker, Backpulver und Salz in eine Schüssel geben und vermengen. Die Buttermilch oder auch Milch bzw. eine Milchalternative nach und nach dazugeben und alles zu einem Teig ohne Klümpchen zusammenrühren. Danach das Ei hineingeben.

3

Die Crêpes auf beiden Seiten in etwas Butter in einer Crêpes-Pfanne braten.

4

Mit den in Zitronensaft und Zucker marinierten Erdbeeren anrichten. Andere Beeren eignen sich auch hervorragend für diesen frischen Crêpe. Dazu passt außerdem eine Kugel Vanilleeis.

Mohnsamen können Sie in einer gut verschlossenen Dose mehrere Monate an einem kühlen Ort aufbewahren. Sind diese allerdings bereits gemahlen, sollten Sie die Samen schnell aufbrauchen, denn durch den hohen Ölanteil werden sie sehr schnell ranzig. Allerdings entfalten sie im gemahlene Zustand besonders gut ihren nussigen Geschmack.