

Sybille Schönberger

Montag, 21. September 2020

Gefüllte Walnuss-Crêpes mit Radicchio und Birne

Rezept für 4 Personen

Dauer: 1 Stunde

Schwierigkeitsgrad: mittel

Heimatküche

Zutaten:

Für die Crêpes:

50 g		Butter
2 Zweige		Thymian
1		kleine Knoblauchzehe
250 g		Dinkelmehl, Type 1050
1/2 Päckchen		Weinsteinbackpulver
etwas		Salz
etwas		Pfeffer aus der Mühle
50 g		Walnüsse, gehackt
400 ml	Milch	
2-3 EL		Pflanzenöl zum Backen

Für die Käsesauce:

50 g		Blauschimmelkäse, z.B.
Roquefort		
70 ml		weißer Balsamico
50 ml		Gemüsebrühe
50 ml		Rapsöl
etwas		Salz
etwas		Pfeffer aus der Mühle
1 Prise		Zucker

zusätzlich:

2		Birnen, fest
2 EL		Honig
1 EL		Butter
2		Radicchio

Zubereitung:

1. Für die Crêpes die Butter in einem Topf schmelzen.
2. Den Thymian abbrausen, trockenschütteln und die Blättchen abstreifen.
3. Den Knoblauch schälen und sehr fein schneiden.
4. Dinkelmehl, Backpulver, 1 Prise Salz und Pfeffer, Walnüsse, Thymianblättchen, Knoblauch, Milch und die flüssige Butter miteinander verrühren, bis ein relativ flüssiger Teig entsteht.
5. Eine beschichtete Pfanne vorheizen. Darin nach und nach aus dem Teig, ohne extra Fettzugabe, dünne Crêpes ausbacken.
6. Für die Sauce den Käse etwas zerbröckeln und in eine Schüssel geben. Balsamico, Gemüsebrühe und Rapsöl zugeben und verrühren, bis eine geschmeidige Sauce entsteht. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
7. Die Birnen waschen, schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen, Birnen anschließend in Spalten schneiden.
8. Den Honig in einer Pfanne erhitzen, die Birnenspalten dazugeben und gut durchschwenken. Zum Schluss etwas Butter einrühren.
9. Den Radicchio putzen, waschen, abtropfen und in dünne Streifen schneiden.
10. Zum Servieren die Crêpes jeweils mit Birnen und Radicchio belegen, etwas Käsesauce darüber geben und aufrollen oder einfach nur zusammenklappen.

Pro Portion: 795 kcal / 3330 kJ

64 g Kohlenhydrate, 17 g Eiweiß, 53 g Fett



