

Sören Anders
Herzhafte Pancakes mit Dill-Schmand und Lachs

Montag, 19. Februar 2024
Rezept für 4 Personen

Dauer: 30 Minuten
Schwierigkeitsgrad: leicht
Schnelle Küche

Zutaten:

Für den Pancaketeig

| | |
|--------|---|
| 225 g | Weizenmehl, Type 405 (oder Dinkelmehl, Type 630) |
| 1 TL | Backpulver |
| etwas | Salz |
| etwas | Pfeffer aus der Mühle |
| 3 | Eier (Gr. M) |
| 300 ml | Milch |
| 100 g | geraspelter Mozzarella (oder anderer milder, zartschmelzender Käse nach Wahl; z. B. Emmentaler, junger Gouda) |
| etwas | Pflanzenöl zum Braten |

Für den Dill-Schmand:

| | |
|--------|------------------------------------|
| 200 g | Schmand |
| 250 g | Magerquark |
| etwas | Salz |
| etwas | Pfeffer aus der Mühle |
| 1 Bund | Dill |
| 200 g | geräucherter Bio-Lachs in Scheiben |

Zubereitung:

1. Mehl und Backpulver mischen, in eine Rührschüssel sieben. Salz und Pfeffer untermischen.
2. Eier und 250 ml Milch dazu geben und die Zutaten mit den Quirlen des Handrührgeräts zu einem glatten dickflüssigen Teig verrühren.
3. Den Teig ca. 5 Minuten quellen lassen.
4. Inzwischen für den Dip Schmand, Quark, etwas Salz und Pfeffer glatt verrühren.
5. Dill abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.
6. Dill unter die Schmandcreme rühren und abschmecken.
7. Mozzarellaraspel unter den Teig heben. Falls der Teig zu dicklich ist, noch etwas Milch untermischen.
8. Portionsweise etwas Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen.
9. Nach und nach aus dem Teig im heißen Öl goldbraune, luftige Pancakes backen.
10. Pancakes, Dill-Schmand und Räucherlachs auf Tellern anrichten und sofort servieren

Pro Portion: 590 kcal/ 2460 kJ
48 g Kohlenhydrate, 41 g Eiweiß, 26 g Fett