

Rezept 002 : Palatschinken

Zutaten :

100g Mehl
1/4 Liter Milch
2 Eier
1 Prise Salz

Was man sonst noch braucht :

etwas Öl (Empfehlung : Rapsöl)
eine kleine Pfanne (Durchmesser 20 cm)
Herd
zum Abwägen der 100 Gramm Mehl empfehle ich eine Küchenwaage
Schneebeesen
Schöpflöffel

Zubereitung :

Eine Schüssel mit 100 Gramm Mehl füllen. Dazu geben wir eine Prise Salz.
Beide Eier (ohne Schale ...) und den Viertel Liter Milch dazugeben.
Mit einem Schneebeesen oder einem Mixer (für die Unsportlichen unter uns) verrühren,
bis die Masse keine Klumpen mehr bildet.

Nun den Herd auf größte Stufe einschalten und eine beschichtete (Empfehlung : Teflon) Pfanne
darauf stellen, ganz wenig Öl dazu - 1 "größerer" Tropfen reicht. Wenn das Öl heiß ist, einen Teil der
Masse hineingeben und durch geschicktes Drehen und Schiefhalten der Pfanne (in alle Richtungen -
aber nicht nach unten) eine dünne, die ganze Pfanne bedeckte Palatschinke formen.

Nach kurzer Zeit die Palatschinke wenden. Wer es kann, schafft dies durch Schupfen nach oben.

Ist auch die zweite Seite schön angebraten, die Palatschinke auf einen Teller geben und die restlichen
Palatschinken machen (es sollten sich 8 Stück ausgehen).

Hinweis : Oft gelingt die erste Palatschinke nicht, weil die Pfanne noch nicht heiß genug war -
also auf die zweite hoffen ... wird die auch nichts, liegt es am Koch ...

Und jetzt ?

Tja, mit den Palatschinken (französisch : Crepes) kann man viel machen, zum Beispiel :

Schokopalatschinken mit Nussstreusel
Marmeladepalatschinken mit Staubzucker (Marillenmarmelade, Erdbeermarmelade, ...)
Crepes gefüllt mit Spinat oder sonstigem Gemüse aller Art
Crepes gefüllt mit Eis
Gemüsepalatschinken
Überbackene Palatschinken
Eine Kombination aus Gemüse- oder Fleischpalatschinken und überbackenen Palatschinken
Fritaten (als Beilage zur Suppe - es empfiehlt sich, hier etwas Petersilie oder Schnittlauch in die
Teigmasse zu geben)

Wenn man den Teig etwas dicker macht und kurz bevor er fertig gebraten ist, zerschneidet (grob)
und weiter anbratet, kann man herrlichen Kaiserschmarren - evt. mit Rosinen - machen (dazu passt
ein Zwetschkenröster).

Also, frohes Gelingen und guten Geschmack !