

Pancakes, Pfannkuchen und Crêpes

30 süße und herz hafte Rezepte



riva

Sylvia Erdmanska-Kolanczyk

Sylvia Erdmanska-Kolanczyk

Pancakes, Pfannkuchen und Crêpes

30 süße und herz hafte Rezepte

riva

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://d-nb.de> abrufbar.

Für Fragen und Anregungen

info@rivaverlag.de

Originalausgabe

1. Auflage 2020

© 2020 by riva Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Nymphenburger Straße 86

D-80636 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Redaktion: Caroline Kazianka

Umschlaggestaltung: Isabella Dorsch

Umschlagabbildung und Abbildungen im Innenteil: Sylwia Erdmanska-Kolanczyk

Satz: inpunkt[w]o, Haiger (www.inpunktwo.de)

Druck: Florjancic Tisk d. o. o., Slowenien

Printed in the EU

ISBN Print 978-3-7423-1308-9

ISBN E-Book (PDF) 978-3-7453-1002-3

ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-7453-1003-0

Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

www.rivaverlag.de

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter www.m-vg.de



INHALT

5 Bevor es losgeht

7 Pancakes

- 8 Japanische Pancakes
- 11 Klassische amerikanische Pancakes
- 12 Ricotta-Pancakes
- 15 Schokoladen-Pancakes
- 16 Hokkaidokürbis-Pancakes
- 19 Dinkel-Pancakes
- 20 Buttermilch-Pancakes mit Blaubeeren
- 23 Fluffige Pancakes mit Äpfeln
- 24 Quark-Pancakes
- 27 Mini-Pancake-Spieße mit Obst
- 28 Kräuter-Pancakes mit Joghurtdip
und Südtiroler Speck
- 31 Würzige Pancakes mit Spiegelei und Speck
- 32 Zucchini-Kräuter-Pancakes

33 Pfannkuchen

- 34 Buchweizen-Pfannkuchen
- 37 Gefüllte Pfannkuchen mit
Quarkcreme und Blaubeeren
- 38 Glutenfreie Pfannkuchen mit
karamellisierten Birnen
- 41 Dutch Baby



- 42 Pfannkuchen aus Reismehl
und Kokosmilch
- 44 Vietnamesische Pfannkuchen mit
Gemüse-Kräuter-Füllung
- 46 Pizza-Pfannkuchen
- 49 Pfannkuchen mit Spinat und Feta
- 50 Pfannkuchen mit Lachs-Kräuter-
Quark und Salat
- 53 Kräuter-Pfannkuchen mit Joghurtdip
- 54 Hirse-Mais-Pfannkuchen mit Salat



55 Crêpes

- 56 Französische Crêpes
- 59 Vegane Crêpes
- 60 Gebackene Vanillecreme-Crêpes
- 61 Dinkelcrêpes mit Apfelkompott
- 63 Spinat-Crêpes mit Avocado und Lachs
- 64 Schnittlauch-Crêpes mit Paprika-
Frischkäse-Füllung



Bevor es losgeht

Ob Pancakes, Crêpes oder Pfannkuchen, ihr Duft ist unwiderstehlich und sie schmecken immer – warm oder kalt, süß oder herzhaft. Für mich sind die leckeren Eierkuchen ein wahres Seelenfutter.

Doch was genau sind eigentlich die Unterschiede?

Bei Pfannkuchen handelt es sich, wie der Name bereits sagt, um ein Gericht, das in der Pfanne gebacken wird. Sie sind nicht so dünn wie Crêpes, dürfen aber auch keinesfalls zu dick sein. In manchen Regionen werden die schmackhaften Eierspeisen Eierkuchen, Eierpfannkuchen, Flädle, Omelette oder Plinsen genannt. Verzehrt werden sie gerne süß – etwa mit Konfitüre, Zucker, Obst und Sahne – aber auch herzhaft.

Pancakes sind die amerikanische Variante der französischen Crêpes oder der deutschen Pfannkuchen. Dabei ist der amerikanische Cousin vor allem dicker und fluffiger. Ob süß oder herzhaft – der Pancake ist nicht nur ein leckeres Frühstück, sondern auch z. B. mit Ahornsirup oder Schokoladensoße eine unwiderstehliche Nachspeise.

Crêpes sind sehr dünn und werden traditionell auf einer runden, gusseisernen Platte gebacken.

Damit sie möglichst dünn und gleichmäßig werden, wird der flüssige Teig zügig mit einem Teigrechen verstrichen. Da so eine Platte in den wenigsten Küchen vorhanden sein dürfte, sehen die Rezepte in diesem Buch die Zubereitung in der Pfanne vor, denn das funktioniert natürlich genauso. Auch hier gibt es wieder jede Menge Varianten: herzhaft belegt, süß gefüllt oder pur.

Noch eine grundsätzliche Sache: Für Pfannkuchen sollte der Teig dickflüssig sein, für Crêpes eher dünn und für Pancakes ziemlich zähflüssig.

Jeder Teig steht und fällt mit der Wahl des richtigen Mehles. Normalerweise wird Weizenmehl verwendet, doch in den folgenden Rezepten kommen auch andere Mehle vor, die ich kurz vorstellen möchte.

Weizenmehl

Weizenmehl besitzt einen hohen Anteil an Stärke und dem Klebereiweiß Gluten, das den Teig bindet. Da bei diesem Mehltyp ausschließlich der Mehlkörper verarbeitet wird, weist er einen niedrigen Mineralstoffgehalt auf. Für die meisten Kuchen, Plätzchen und Pfannkuchen ist das helle Weizenmehl Type 405 ideal.