

Schoko-Crêpes mit Zedernussmus und Beeren

Zubereitungszeit: 25 Minuten (davon 15 Minuten Ruhezeit)

Zutaten für ca. 2 Portionen:

200 ml Milch

2 EL Rohrohrzucker

1 Ei 100 g Mehl

1 Prise Salz

2 TL Backkakao

300 g Beeren nach Wahl (Erdbeeren, Heidelbeeren, Himbeeren)

1 goldene Kiwi

2 EL neutrales Bratöl

4 TL Taiga Zedernussmus

Zubereitung:

1. Milch mit Rohrohrzucker und Ei vermengen. Anschließend Mehl, Salz und Backkakao zufügen und zu einem glatten Teig verrühren. Etwa 15 Minuten quellen lassen.

2. Beeren nach Wahl putzen, waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Himbeeren, Heidelbeeren etc. können im Ganzen verwendet werden. Goldene Kiwi waschen, vierteln und kleinschneiden.

3. Eine Pfanne erhitzen und dünn mit Bratöl auspinseln. Mit einer Suppenkelle eine Portion vom Teig in die Pfanne geben, Teig durch Schwenken gleichmäßig und dünn in der Pfanne verteilen und von jeder Seite ca. 60 Sekunden backen. Mit dem restlichen Teig ebenso verfahren.

4. Die Crêpes nun mit den vorbereiteten Beeren füllen und zusammenfalten. Mit Zedernussmus beträufeln und genießen.

Tipp: Statt Beeren schmecken die Crêpes auch mit Banane oder mit saftigen Pfirsichen gefüllt.