



Pfannkuchen mit Brokkoli

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Grundmenge: ca. 16 Pfannkuchen

Mengenplanung: 3-4 Pfannkuchen/Person

Zutaten Pfannkuchen:

- 500 g Weizenmehl Type 405 od. 550
- 800 ml Milch
- 1 EL Salz
- 4 Eier

Zutaten Brokkoli:

- 400 g Brokkoli, TK
- 250 ml Cremefine (oder Sahne)
- 1 TL Gemüsebrühe, instant
- 1 TL Speisestärke
- Salz & Pfeffer
- Muskat, gerieben



Sonstiges:

- Öl zum Braten

Zubereitung:

1. Brokkoli gefroren in ein Sieb geben und auf einen Topf mit 2 fingerbreit Wasser setzen. Deckel auflegen und bei mittlerer Hitze bissfest garen
2. Eier trennen und Eiweiß steif schlagen
3. Abwechselnd Mehl und Milch zum Eigelb geben und gut durchmischen
4. Eischnee vorsichtig von Hand mit dem Schneebesen unterheben
5. Teig mit dem Salz abschmecken. Er sollte recht dünnflüssig sein, ggf. noch etwas Milch nachgeben
6. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und eine Schöpfkelle Teig hineingeben
7. Teig flach ausstreichen und von beiden Seiten goldbraun ausbacken
8. Mit dem restlichen Teig ebenso verfahren
9. Währenddessen den Brokkoli etwas zerkleinern. Das Wasser vom Dünsten bis auf einen kleinen Rest wegschütten
10. Brokkoli ins restliche Wasser geben und Cremefine unterrühren
11. Mit den Gewürzen abschmecken und bei mittlerer Hitze kurz köcheln lassen
12. Speisestärke in etwas Wasser auflösen und die Brokkolisobe damit andicken
13. Brokkoli zusammen mit den Pfannkuchen servieren