

Spargel mit Kräuterpfannkuchen

Spargel-Gerichte » Spargel & Eierteig

Zutaten (4 Personen)

- » 2 Ei(er)
- » 110g Mehl
- » Salz & Pfeffer
- » 150ml Milch
- » 70ml Mineralwasser
- » 500g Spargel (weiß)
- » 300g Spargel (grün)
- » 1 Bd. Petersilie
- » 1 Bd. Schnittlauch
- » 1 Bd. Pimpinelle
- » 2 EL Öl
- » 100g Butter/Margarine
- » 1 EL Zitronensaft

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Eier verquirlen. Mehl, 1 Prise Salz und Milch unterrühren. Nach und nach das Mineralwasser angießen. Den Teig 30min quellen lassen.
2. Den Spargel abrausen. Weißen ganz, grünen im unteren Drittel schälen, Enden entfernen. Die Stangen 10-15min in Salzwasser garen.
3. Kräuter abrausen, trockenschütteln, fein hacken, unter den Teig ziehen. In einer beschichteten Pfanne im Öl nacheinander vier Pfannkuchen ausbacken und warm stellen.
4. Butter zerlassen, mit Zitronensaft verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Pfannkuchen mit dem Spargel belegen, zusammenklappen. Nach Wunsch mit Petersilie garnieren.

Nährwerte: 480kcal/E15g/F35g/KH25g pro Portion

angelegt am: 10.10.2003

Rezept-Nr: 576

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke