




Herzhaft gefüllte Pfannkuchen

 Zeit gesamt
30min

 Zubereitungszeit
30min

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Weizenmehl, Type 405	150 g
Salz	
Milch	200 ml
Wasser	100 ml
Eier	2 St.
Sonnenblumenöl	5 EL
Schweineschnitzel	600 g
Weißwein, trocken	100 ml
Crème fraîche	100 g
Petersilie, frisch	50 g

Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlere Pfanne, große Pfanne

1. In einer Schüssel Mehl und Salz mischen. Milch, Mineralwasser, Eier und 1 EL Öl zugeben und glatt rühren. Ca. 15 Min. quellen lassen.
2. Schweinefleisch waschen, trocken tupfen und würfeln. In einer Pfanne 2 EL Öl auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und das Fleisch darin von allen Seiten ca. 5–6 Min. anbraten. Mit Weißwein ablöschen und Crème fraîche zugeben. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und mit geschlossenem Deckel auf niedriger Stufe bis zum Servieren ziehen lassen.
3. Inzwischen Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. In einer Pfanne 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Nach und nach aus dem Teig 4 große Pfannkuchen ca. 1 Min. von jeder Seite ausbacken. Warm stellen und mit dem restlichen Teig genauso verfahren.
4. Schweinefleisch mit 3/4 der Petersilie verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann Fleisch auf den Pfannkuchen verteilen, mit etwas Petersilie bestreuen, aufrollen und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Auch die Reste anderer Gerichte wie Hackpfanne, Rindergulasch oder Gemüsecurry werden in diese Pfannkuchen gewickelt zu einem leckeren unkomplizierten Abendessen.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 529 kcal

Kohlenhydrate 33 g

Eiweiß 43 g

Ballaststoffe 1 g

Fette 23 g
