

Dinkel-Crêpes mit Pfirsichen und Gorgonzola

VORBEREITEN

15
Min.

ZUBEREITEN

10
Min.

NIVEAU



Zutaten für 2 Portionen

Für die Crêpes

90 g Dinkelmehl
1 Prise(n) Salz
2 Eier
75 ml Mineralwasser
75 ml Milch
1 Esslöffel Butter (geschmolzen)

Für die Füllung

3 Pfirsiche
1/2 rote Zwiebel
60 g Walnüsse
75 g Gorgonzola
1 Handvoll Petersilie
2 Esslöffel Olivenöl
1 Spritzer Zitronensaft
1 Teelöffel Honig

Es ist schon ein paar Jährchen her, dass ich als Au Pair in Lyon gelebt habe. Und während mein Französisch langsam einrostet, ist die Liebe zu den hauchdünnen französischen Pfannkuchen bis heute geblieben. Crêpes lassen sich super schnell zubereiten und sind dabei auch noch unglaublich variantenreich -

sofern du bereit bist, über den Nutellarand hinauszuschauen.

Es gibt nicht nur unzählige Varianten für Crêpes salées (herzhafte Crêpes), sondern auch raffinierte Kombinationen aus süß und herzhaft, so wie diese hier. Mit einer Füllung aus würzigem Gorgonzola, fruchtigen Pfirsichen und aromatischen Walnüssen haben die Dinkel-Crêpes mindestens so viel Stil wie die Franzosen selbst.

- 1 -

Alle Zutaten für die Crêpes zu einem glatten Teig verrühren. 10 Minuten quellen lassen und nochmals gut umrühren.

- 2 -

In der Zwischenzeit Pfirsiche waschen, entsteinen und würfeln. Zwiebel hacken. Walnüsse grob zerkleinern. Petersilie grob hacken. Alles in eine Schüssel geben. Gorgonzola darüber krümeln.

- 3 -

Olivenöl, Zitronensaft und Honig zu den restlichen Zutaten in die Schüssel geben und alles miteinander vermengen.

- 4 -

Eine beschichtete Pfanne dünn mit Öl auspinseln und erhitzen. Eine Teigportion in die Pfanne geben und gleichmäßig verteilen. Crêpe bei mittlerer Hitze von beiden Seiten ca. 1 Minute hellbraun ausbacken. Vorgang wiederholen, bis der Teig aufgebraucht ist.

- 5 -

Füllung auf den Crêpes verteilen. Doppelt falten und

Dinkel-Crêpes mit Pfirsichen und Gorgonzola

servieren. Bon appétit!