

Egg Hoppers - Spiegelei trifft Pfannkuchen

VORBEREITEN

150
Min.

ZUBEREITEN

30
Min.

NIVEAU



kurzerhand die köstlichen Egg Hoppers erfunden: Erst einen dünnen, extra fluffigen Pfannkuchen backen und direkt darauf das Spiegelei braten. Hinterher noch mit Zwiebel-Chutney und Schnittlauch toppen - fertig ist das geniale 2-in-1-Frühstück für Pfannkuchen-Freunde und Spiegelei-Liebhaber.

- 1 -

Für den Pfannkuchenteig Hefe mit 100 ml Kokosmilch und Zucker mischen und für 30 Minuten ruhen lassen.

- 2 -

Reis- und Maismehl mit Hefe-Mischung und restlicher Kokosmilch verrühren. Teig abdecken und mindestens 2 Stunden gehen lassen.

- 3 -

Für das Topping Schalotten schälen, halbieren und in feine Ringe schneiden. Mit Kokosöl in einer Pfanne glasig dünsten. Honig zugeben und 4-5 Minuten karamellisieren lassen. Mit Essig ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

- 4 -

Kurz vor der Zubereitung der Pfannkuchen Sprudelwasser und Salz unter den Teig rühren. 1 TL Kokosöl in einer kleinen, sehr heißen Pfanne schmelzen. Pfanne in die Hand nehmen und 1 Kelle Teig mittig einfüllen. Pfanne sofort in großen, kreisenden Bewegungen schwenken und Teig bis zum Rand über den kompletten Pfannenboden laufen lassen.

- 5 -

1 Ei aufschlagen und sofort mittig auf den Teig in die

Zutaten für 6 Portionen

Für die Pfannkuchen

400 ml fettreduzierte Kokosmilch
1 Teelöffel Trockenhefe
1 Teelöffel Zucker
150 g Reismehl
50 g Maismehl
100 ml Sprudelwasser
1 Prise(n) Salz
6 Teelöffel Kokosöl
6 Eier

Für das Topping

5 Schalotten
1 Teelöffel Honig
2 Teelöffel Balsamico Essig
Salz, Pfeffer
1 Esslöffel Kokosöl
1/2 Bund Schnittlauch

Besonderes Zubehör

möglichst kleine, runde Pfanne

Ein klassisches Spiegelei zum Frühstück ist gut. Ein Spiegelei im Pfannkuchen ist noch viel besser. Das haben sich auch die Frühstücks-Fans in Sri Lanka gedacht und

Egg Hoppers - Spiegelei trifft Pfannkuchen

Pfanne setzen. Hitze reduzieren und abgedeckt ca. 3 Minuten backen, bis das Eiweiß stockt und sich der Pfannkuchen vom Rand zu lösen beginnt.

Pfannkuchen vorsichtig aus der Pfanne lösen und auf einen Teller geben. Vorgang mit restlichem Teig und Eiern wiederholen.

- 6 -

Schnittlauch hacken. Egg Hoppers mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zwiebeln und Schnittlauch servieren.