

Pfannkuchen Rezepte

Kleine Hefe Pfannkuchen

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Mehlspeise, Gemüse

375 g	Mehl	500 g	rosa Champignons
1/2	Pk. Trockenhefe	200 g	Pfifferlinge
2 Teel.	Currypulver	3 Essl.	Öl
	Jodsalz	2 Teel.	Zitronensaft
125 g	Sojamilch	200 g	Tofutti
1/2 Liter	Wasser		Cayennepfeffer
2	rote Zwiebeln	2	Zweige Estragon

Mehl, Hefe, Curry, ein TL. Salz, Dickmilch und lauwarmes Wasser mit dem Knethaken des Handrührgerätes 5 Minuten rühren. Ca. 30 Minuten zugedeckt gehen lassen.

Zwiebeln in Spalten schneiden. Champignons putzen und blättrig schneiden. Pfifferlinge putzen, die großen halbieren.

Eine Pfanne mit etwas Öl auspinseln. Pro Küchlein drei El. Teig in die Pfanne geben. Auf jeder Seite ungefähr 3 Minuten backen. Zwischendurch die Pfanne ölen. Küchlein warm halten.

In einer zweiten Pfanne ein El. Öl erhitzen. Zwiebeln und Champignons andünsten, 5 Minuten braten. Pfifferlinge zufügen. Mit Zitronensaft beträufeln, saure Sahne zugeben. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Zugedeckt 5 Minuten schmoren lassen. Estragon in Streifen schneiden und unterrühren. Abschmecken.

Zubereitungszeit ca. 1 Stunde

Pro Portion ca. 530 kcal