



## **Sesam-Reis Pfannkuchen mit Garnelen, Frühlingslauch und geräucherten Austern**

### **Zutaten (für vier Personen)**

4 EL Reismehl  
2 EL Dinkelmehl  
1 Ei (L)  
1 EL geröstetes Sesamöl  
250 g Garnelen (küchenfertig)  
120 g geräucherte Austern (Dose)  
1 Bund Frühlingslauch  
1 EL gerösteter Sesamsamen  
1 gestrichener EL fein gehackter Knoblauch  
1 rote Chilischote ohne Kerne  
2 EL Sesamöl  
2 Eier verquirlt  
Meersalz, frisch gemahlener Pfeffer

### **Zubereitung (circa 35 Minuten)**

Reismehl, Dinkelmehl, 1 Ei und circa 60 ml kaltes Wasser verrühren, evtl. noch Wasser zugeben, so dass ein halbflüssiger Teig entsteht. Zum Schluss den gehackten Knoblauch, die gerösteten Sesamsamen und das Öl einrühren, mit Salz und Pfeffer dezent abschmecken.

Den Frühlingslauch der Länge nach in Streifen schneiden, ebenso die Chilischote.

Eine große Pfanne (Backofen geeignet) erhitzen, Sesamöl zugeben, kurz darauf den Teig einlaufen lassen und leicht anbacken. Frühlingslauchstreifen nebeneinander verteilen, darauf die Garnelen und Austern geben, mit Chili verfeinern. Die zwei verquirlten Eier ein wenig würzen, mit dem Löffel über allem verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad gut zehn Minuten backen. Zum Schluß mit geröstetem Sesam bestreuen.

**Dieses Gericht ist pescetarisch.**