



Überbackene Pancakes mit Röstzwiebeln an Endiviensalat

Ein Rezept von Armin Roßmeier

Zutaten (für vier Portionen):

250 g Dinkelmehl
2 Eier (L)
4 EL Olivenöl
½ TL Backpulver
40 ml Milch (3,5%)

Zugabe:

100 g geröstete Zwiebelwürfel
2 EL Öl
1 Schälchen Gartenkresse
1 EL gehackte Petersilie
1 EL Schnittlauchröllchen
Salz, Pfeffer
4 EL Rapsöl zum Ausbacken

Belag:

80 g Romadur (dünne Scheiben)
10 Kirschtomaten (halbiert oder geviertelt)
6 Thymianzweige

Salat:

½ Kopf Endiviensalat
6 - 8 Rispen Frisée
2 Äpfel, in Spalten
Saft einer Zitrone

Zubereitung (circa 45 Minuten):

Alle Zutaten für den Teig mit dem Schneebesen gut verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zugaben mit dem Kochlöffel untermischen. Eine Pfanne mit Öl erhitzen und mit einem Löffel kleine Häufchen hineingeben. Goldgelb angehen lassen, wenden und fertig ausbacken.

Den Romadur auf die Pfannkuchen legen, kurz im vorgeheizten Backofen überbacken und mit Kirschtomaten in gerebeltem Thymian ausgarnieren. Anschließend mit kalt gepresstem Olivenöl leicht beträufeln.

Endivien- und Friséesalat mischen und „natur“ anmachen. Mit zitronierten Apfelspalten ausgarnieren und dazu reichen.

Nährwerte pro Portion:

346 kcal - 20 g Fett - 11 g Eiweiß - 39 g Kohlenhydrate - 3 BE

Dieses Gericht ist ovo-lacto-vegetarisch.