

## Rezept

## **Hafer-Pancakes mit Schinkencreme**

Ein Rezept von Hafer-Pancakes mit Schinkencreme, am 29.04.2024

### **Zutaten**

#### Für die Schinkencreme:

**50 g** Schinken (roh oder gekocht) **100 g** Doppelrahmfrischkäse

**1 EL** TK-Schnittlauchröllchen Salz

Pfeffer

#### Für die Pancakes:

2 Eier (M) 60 g Haferkleieflocken

50 ml Milch 1/2 TL Backpulver

1 Prise Salz 4 EL Rapsöl

# Rezeptinfos

**Portionsgröße** 2 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 580 kcal, 45 g F, 24 g EW, 16 g KH

# **Zubereitung**

- 1. Für die Creme den Schinken in feine Würfel schneiden. Den Frischkäse mit den Schinkenwürfeln und dem Schnittlauch verrühren. Die Schinkencreme mit Salz und Pfeffer abschmecken und bis zum Servieren kühl stellen.
- 2. Für die Pancakes die Eier trennen und die Eiweiße mit dem Handrührgerät steif schlagen. Die Eigelbe mit den Haferkleie-Flocken und der Milch in einer weiteren Schüssel verquirlen. Das Backpulver und das Salz unterrühren. Zuletzt den Eischnee behutsam unter den Teig heben.
- 3. In einer beschichteten Pfanne 2 EL Öl bei mittlerer Hitze heiß werden lassen. Pro Pancake 2 EL Teig in die Pfanne setzen und von jeder Seite ca. 2 Min. backen, bis die Küchlein goldgelb sind. Die fertigen Pancakes aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit dem restlichen Öl und dem Teig wiederholen und so insgesamt 8 Pancakes backen. Die Pancakes portionsweise mit der Schinkencreme anrichten und servieren.