

Rezept

Apfelpfannkuchen aus Dinkelmehl

Ein Rezept von Apfelpfannkuchen aus Dinkelmehl, am 28.04.2024

Zutaten

150 g Dinkelmehl (Type 630)	Salz
150 ml Milch	4 Eier
4 mittelgroße Äpfel (z.B. Elstar)	2 EL Rohrzucker
4 EL Butter zum Backen	2 TL Zimtucker
1 EL Puderzucker	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion**
Ca. 445 kcal, 17 g F, 13 g EW, 60 g KH

Zubereitung

1. Das Mehl mit 1 kräftigen Prise Salz mischen und mit der Milch glatt rühren. 2 Eier trennen, Eigelbe und 2 ganze Eier unter den Teig rühren. Den Teig zugedeckt ca. 30 Min. ruhen lassen.
2. Inzwischen Äpfel waschen, schälen und vierteln, Kerngehäuse entfernen. Apfelviertel in dünne Scheiben schneiden und mit dem Rohrzucker vermischen. Die Eiweiße zu steifem Schnee schlagen.
3. 1 EL Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Ein Viertel der Apfelscheiben hineingeben und bei mittlerer Hitze ca. 2 Min. dünsten. Eischnee unter den Pfannkuchenteig rühren. Ein Viertel des Teiges über die Äpfel gießen. Den Pfannkuchen auf beiden Seiten goldbraun backen. Auf die gleiche Weise 3 weitere Apfelpfannkuchen backen. Vor dem Servieren mit Zimtucker bestreuen und mit Puderzucker bestäuben.