Rezept

Apfelringe in Buchweizenteig

Ein Rezept von Apfelringe in Buchweizenteig, am 12.10.2024

Zutaten

20 g	Butter
1	Ei (M)
50 g	Dinkelmehl
½ TL	Zimtpulver
200 g	Buttermilch
100 g	Buchweizenmehl
1 TL	Backpulver
1	großer Apfel (300 g)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 470 kcal, 14 g F, 16 g EW, 69 g KH

Zubereitung

1. Die Butter in einer großen Pfanne schmelzen. Buttermilch und Ei in einem hohen Rührbecher verquirlen. Die geschmolzene Butter zugeben und gut verrühren.

2. Buchweizenmehl, Dinkelmehl, Backpulver und Zimt mischen. Die Mehlmischung unter die Eiermilch rühren. Den Apfel waschen und das Kerngehäuse mit einem Apfelausstecher entfernen. Den Apfel dann quer in 8 Ringe schneiden.

3. Die Pfanne erneut erhitzen. Die Apfelringe nacheinander in den Backteig legen und mit einer Schöpfkelle als kleine Pfannkuchen in die heiße Pfanne setzen. Bei mittlerer Hitze von beiden Seiten knusprig goldgelb braten. Die Ringe auf zwei Tellern anrichten und sofort servieren.