

Rezept

Crêpes mit Quark-Himbeer-Füllung

Ein Rezept von Crêpes mit Quark-Himbeer-Füllung, am 09.06.2026

Zutaten

100 g Weizenmehl, Type 1050	$\frac{1}{8}$ l + 2 EL Milch, 1,5 % Fett
1 Ei	$\frac{1}{2}$ TL Bourbon-Vanillezucker
Salz	100 g Magerquark
1 EL Zucker	100 g Himbeeren
2 TL Rapsöl	10 g Bitterschokolade, 70 % Kakao
frische Minzeblättchen	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 400 kcal

Zubereitung

1. Das Mehl in eine Schüssel sieben, nach und nach mit dem Schneebesen $\frac{1}{8}$ l Milch klümpchenfrei unterrühren. Ei, Vanillezucker und 1 Prise Salz unterrühren. Den Teig 5 Min. ruhen lassen.
2. Den Quark mit 2 EL Milch und Zucker glatt rühren. Die Himbeeren verlesen, waschen, trocken tupfen und unterziehen.
3. In einer beschichteten Pfanne 1 TL Öl mittelstark erhitzen. Den Teig noch einmal durchrühren, die Hälfte davon in die Pfanne gießen und auf dem Pfannenboden verlaufen lassen. Bräunt sich die Unterseite, den Crêpe umdrehen, goldbraun backen. Zweiten Crêpe ebenso backen.
4. Auf jeden Crêpe die Hälfte des Quarks geben und einrollen. Die Schokolade über die Crêpes raspeln und die Crêpes mit Minzeblättchen garniert servieren.