

Rezept

Eierpfannkuchen mit Spargel

Ein Rezept von Eierpfannkuchen mit Spargel, am 03.06.2025

Zutaten

200 g weißer Spargel	Salz
80 g gekochter Schinken	150 g Mehl
2 Eier	Pfeffer
frisch geriebene Muskatnuss	1/4 l Milch
1-2 EL Öl	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 565 kcal

Zubereitung

1. Spargel waschen, schälen und in siedendem Salzwasser in ca. 15 Min. bissfest kochen. Dann abgießen und in ca. 2 cm lange Stücke schneiden. Den Schinken würfeln.

2. Mehl, Eier, Salz, Pfeffer, Muskat und Milch in einer Schüssel mit dem Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren.

3. 1/2 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die Hälfte des Teigs hineingeben und durch Schwenken gleichmäßig am Pfannenboden verteilen. Sofort mit je der Hälfte des Spargels und des Schinkens belegen. Den Pfannkuchen 2-3 Min. braten, dann wenden und ca. 2 Min. weiterbraten. Eventuell noch etwas Öl in die Pfanne geben. Der Eierpfannkuchen sollte von beiden Seiten leicht gebräunt sein. Aus restlichem Öl, Teig, Spargel und Schinken auf die gleiche Art und Weise einen zweiten Pfannkuchen backen.