

Rezept

Gefüllte Pfannkuchen mit Hackfleisch

Ein Rezept von Gefüllte Pfannkuchen mit Hackfleisch , am 17.09.2024

Zutaten

Für den Pfannkuchenteig

| | |
|----------------------|---|
| 3 Eier | 200 g helles glutenfreies Mehl (z.B. Mix C von Dr. Schär) |
| 200 ml Milch | 1 EL Öl |
| 200 ml kaltes Wasser | 1 kräftige Prise Salz |

Für die Hackfleischfüllung

| | |
|--|--|
| 1 Zwiebel | 2 Knoblauchzehen |
| 6 EL Öl | 400 g mageres Hackfleisch |
| 2 EL Tomatenmark | Salz |
| Pfeffer | Muskatnuss |
| 100 ml Rotwein (ersatzweise Gemüsebrühe) | 1-2 TL Speisestärke (z.B. Mondamin) |
| 4 EL Sahne | 1 TL getrocknete Kräuter (z.B. Kräuter der Provence) |

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 670 kcal

Zubereitung

1. Die Eier verquirlen und mit Mehl, Milch, Öl, Wasser und Salz verrühren. Den Teig 20 Min. quellen lassen. Bei Bedarf noch etwas Wasser hinzufügen.
2. Für die Füllung die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. In einer Pfanne 2 EL Öl erhitzen, die Zwiebel- und Knoblauchwürfel glasig dünsten. Das Hackfleisch hinzufügen und unter Rühren braten, bis es krümelig ist.
3. Das Tomatenmark unterrühren, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und noch 3 Min. unter Rühren weiterbraten. Mit Wein ablöschen.
4. Die Speisestärke mit etwas Wasser anrühren und damit die Sauce binden. Sahne und Kräuter unterrühren.

5. Den Backofen auf 50° vorheizen. In einer beschichteten Pfanne das Öl erhitzen und die Pfannkuchen nacheinander braten. Mit der Hackfleischfüllung bestreichen, zusammenrollen und bis zum Servieren im Backofen warm halten.