Rezept

Heidelbeer-Pancakes mit Minze

Ein Rezept von Heidelbeer-Pancakes mit Minze, am 01.06.2025

Zutaten

120 g	Heidelbeeren
1	Ei (M)
50 g	gemahlene Mandeln
½ TL	Porridge-Gewürz
	Meersalz
2 EL	Butterschmalz
4	Minzeblätter
70 g	Dinkelmehl (Type 630)
125 ml	Mandeldrink
½ TL	Kakaopulver
1 EL	Mineralwasser
2 TL	Reissirup

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min

Zubereitung

1. Heidelbeeren waschen und abtropfen lassen. Minze waschen, trocken tupfen und grob hacken. Das Ei trennen. Das Eigelb mit Mehl, Mandeln, Mandeldrink, Porridge-Gewürz und Kakaopulver zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig ca. 15 Min. ruhen lassen.

2. Inzwischen das Eiweiß mit 1 Prise Salz steif schlagen. Eischnee und Mineralwasser vorsichtig unter den Teig heben.

3. Das Butterschmalz portionsweise in einer Pfanne erhitzen. Jeweils 3 EL Teig hineinsetzen und zu runden Küchlein formen. Die Heidelbeeren auf den noch flüssigen Teig streuen und die Pancakes von beiden Seiten goldbraun braten. Herausnehmen und warm stellen.

4. Pro Person 2-3 Pancakes auf einem Teller anrichten. Mit je 1 TL Reissirup beträufeln, mit der Minze bestreuen und servieren. Übrige Pancakes für ein weiteres Frühstück im Kühlschrank aufbewahren oder für einen Imbiss unterwegs mitnehmen.