

Rezept

Kefir-Püfferchen mit Beeren

Ein Rezept von Kefir-Püfferchen mit Beeren, am 28.06.2026

Zutaten

4 Eier	200 g Dinkelvollkornmehl
1/4 l Kefir	Salz
2 TL abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone	4 EL Vollrohrzucker
2 EL Butter	600 g gemischte Beeren (z.B. Heidel-, Him- oder Johannisbeeren)
2 EL Ahornsirup	100 g Sahne
1/2 TL gemahlene Vanille	250 g Ricotta
Ahornsirup zum Beträufeln	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 670 kcal, 32 g F, 24 g EW, 67 g KH

Zubereitung

1. Eier mit Mehl, Kefir, 1 Prise Salz, Zitronenschale und 3 EL Zucker mit den Quirlen des Handrührgeräts zu einem glatten Teig verrühren. Den Backofen auf 80° vorheizen. In einer großen beschichteten Pfanne ½ EL Butter zerlassen. Den Teig in 4-5 Portionen (à ca. 10 cm Ø) hineingeben und bei mittlerer Hitze von jeder Seite in 1-2 Min. goldbraun braten. Fertige Küchlein auf einen Teller legen und im Ofen warm halten. Aus dem übrigen Teig und der restlichen Butter ebenso kleine Pfannkuchen backen.
2. Gleichzeitig die Beeren verlesen, nur wenn nötig abbrausen und trocken tupfen. Ein Drittel der Beeren mit dem Ahornsirup in einer hohen Rührschüssel mit dem Stabmixer glatt pürieren, die übrigen Beeren untermischen.
3. Die Sahne mit dem restlichen Zucker (1 EL) und der Vanille steif schlagen. Ricotta dazugeben und kurz weiterschlagen. Die Pfannkuchen mit den Beeren auf vier Teller verteilen. Die Ricottacreme daneben anrichten. Die Püfferchen mit etwas Ahornsirup beträufeln und servieren.