

Rezept

Möhren-Blinis mit Orangenschmant

Ein Rezept von Möhren-Blinis mit Orangenschmant, am 28.06.2026

Zutaten

1 Bio-Orange	75 g Schmant
Salz	Pul Biber (Chiliflocken)
100 g Dinkelvollkornmehl	1 TL Trockenhefe
1 kleines Stück frischer Ingwer (ca. 3 cm)	250 g Möhren
3-4 EL Rapsöl	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 1 KINDER- UND 1 ERWACHSENENPORTION | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 940 kcal

Zubereitung

1. Die Orange waschen, abtrocknen und die Schale mit einer feinen Reibe oberflächlich abreiben. Die Orange halbieren und den Saft auspressen. 3 EL Orangensaft mit dem Schmant und der Orangenschale glatt rühren. Mit Salz und 1 Msp. Pul Biber abschmecken.
2. Übrigen Saft mit warmem Wasser auf 200 ml auffüllen. Mehl mit der Hefe und dem Orangenwasser verrühren und an einem warmen Ort etwa 1 Std. gehen lassen. Den Ingwer schälen. Möhren waschen und fein raspeln. Beides mit 1/2 TL Salz unter den Teig ziehen.
3. In einer beschichteten Pfanne 1 EL Öl erhitzen, mit einer Kelle 3-4 kleine Küchlein hineinsetzen, goldbraun backen, wenden und fertig backen. So lange backen, bis der Teig verbraucht ist.
4. Die fertigen Blinis mit dem Orangenschmant auftischen.