

Rezept

Pfannkuchen mit grünem Spargel und Basilikum

Ein Rezept von Pfannkuchen mit grünem Spargel und Basilikum , am 28.06.2026

Zutaten

150 g Mehl	Salz
100 ml Milch	100 ml kohlesäurehaltiges Mineralwasser
3 Eier	1 EL zerlassene Butter
500 g grüner Spargel	1 großes Bund Basilikum
1 Knoblauchzehe	50 g gehackte Mandeln
4 EL Olivenöl	50 g frisch geriebener Pecorino
1 TL Zitronensaft	Meersalz
Öl zum Backen	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 500 kcal, 34 g F, 17 g EW, 32 g KH

Zubereitung

1. Mehl mit 1 Prise Salz mischen, mit Milch und Mineralwasser glatt rühren. Eier und Butter unterrühren. Teig zugedeckt ca. 30 Min. ruhen lassen.
2. Spargel waschen, die Enden abschneiden und das untere Drittel schälen. Wasser zum Kochen bringen und den Spargel darin ca. 5 Min. garen. Herausnehmen und kalt abschrecken. Basilikum waschen und trocken schütteln, Blätter abzupfen und grob hacken. Knoblauch schälen und fein hacken. Basilikum und Knoblauch mit den Mandeln und 2 EL Olivenöl in einen Rührbecher geben und mit dem Pürierstab kurz pürieren. Pecorino und Zitronensaft unterrühren. Mit Meersalz würzen.
3. Den Teig durchrühren. Etwas Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, eine kleine Kelle Teig hineingeben und so nacheinander 8 Pfannkuchen backen. Im Backofen bei 80° warm halten.
4. Das übrige Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Spargel hineingeben und kurz darin schwenken. Pfannkuchen mit Pesto bestreichen, Spargel darauf verteilen. Die Pfannkuchen schräg zu einer Tüte aufrollen, sodass der Spargel oben rausragt. Je 2 Stück auf Teller legen und servieren.