

Rezept

## Sesam-Flädle-Suppe

Ein Rezept von Sesam-Flädle-Suppe, am 29.06.2026

### Zutaten

<b>6 EL</b> Mehl	<b>6 EL</b> Milch
<b>2</b> Eier	Salz
1/4 Bund Schnittlauch	<b>2 EL</b> schwarzer Sesam
<b>4 EL</b> Öl	<b>1 Stange</b> Lauch
<b>2</b> Stangen Staudensellerie	<b>1</b> große Möhre
<b>1 l</b> Rinderbrühe (ersatzweise Gemüsebrühe)	<b>3 EL</b> Sojasauce
<b>2 EL</b> Sherry	

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 295 kcal

### Zubereitung

1. Das Mehl mit Milch und Eiern verquirlen. Den Teig mit etwas Salz würzen. Schnittlauch waschen, trockenschütteln und in Röllchen schneiden. Mit dem Sesam unter den Teig rühren. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Etwas Teig hineingeben, verstreichen und einen goldgelben Pfannkuchen backen. Auf diese Weise noch drei weitere Pfannkuchen backen.
2. Das Gemüse waschen, putzen und in feine, ca. 4 cm lange Stifte schneiden. Die Brühe erhitzen und mit Sojasauce und Sherry würzen. Das Gemüse einstreuen und bei schwacher Hitze 2 Min. darin garen.
3. Die Pfannkuchen aufrollen und in dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben in die Suppe geben und kurz heiß werden lassen.