

Rezept

Topfenpalatschinken süß & salzig

Ein Rezept von Topfenpalatschinken süß & salzig, am 28.06.2026

Zutaten

Für die Palatschinken:

2 Eier	150 g Mehl (Type 1050)
250 ml Haferdrink	Salz
2 EL Mineralwasser	

Für die süße Füllung:

250 g Magerquark	1 Ei
1-2 TL Honig	1 Bio-Zitrone
1 Mango	

Für die pikante Füllung:

500 g Blattspinat	1 Zwiebel
1 EL Butter	Salz
Pfeffer	frisch geriebene Muskatnuss
50 g geriebener Parmesan	250 g Magerquark
1 Ei	

Außerdem:

2 EL Butter (zum Braten und für die Form)	150 g saure Sahne , Milch
---	---------------------------

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 kleine Auflaufform | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 430 kcal, 19 g F, 22 g EW, 42 g KH

Zubereitung

1. Aus Eiern, Mehl, Haferdrink und 1 Prise Salz einen glatten, geschmeidigen Teig rühren und 15 Min. ruhen lassen.
2. Für die süße Füllung Quark mit Ei und Honig cremig schlagen. Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft auspressen. Die Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden und 1 cm groß würfeln. Zitronenschale, 1 EL Saft und Mangowürfel untermischen.

3. Für die pikante Füllung Spinat waschen, grobe Stiele entfernen und hacken. Zwiebel schälen, würfeln und in der Butter andünsten. Spinat dazugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Parmesan, Quark und Ei verrühren, Gemüse unterziehen.

4. Den Teig mit Mineralwasser aufschäumen. Die Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Etwas Teig darin verteilen und zugedeckt 1-2 Min. backen. Wenden. Zugedeckt in 2 Min. fertig backen. Aus dem restlichen Teig weitere 6-7 Palatschinken zubereiten.

5. Backofen auf 180° vorheizen. Die Auflaufform fetten. Palatschinken mit der Quarkfüllung bestreichen, aufrollen und einschichten. Saure Sahne mit Milch glatt rühren, darüber verteilen. Im Ofen (Mitte) 15-20 Min. backen.