Rezept

Topfenpalatschinken süß & salzig

Ein Rezept von Topfenpalatschinken süß & salzig, am 28.05.2025

Zutaten

Für die Palatschinken:

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

Für die süße Füllung:

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

Für die pikante Füllung:

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

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.