



Blumenkohl-Champignons-Pfannkuchen mit Käse

Schwierigkeit „einfach“, ca. 30 Min. Arbeitszeit

ca. Für 4 Pfannkuchen

Zutaten

250 gr	kleine, braune Champignons
1/4	Blumenkohl
1 EL	gehackte Kräuter der Saison
1	mittelgroße Zwiebel
	Salz und Pfeffer
	Balsamico und Honig zum Ablöschen
1	Brühe
8 EL	Mehl
2	Eier
1	Milch
4 EL	würziger Käse (zB. Gruyère)
	Öl zum Ausbacken

Zubereitung

Das Mehl in eine Schüssel geben. Eier, Milch, Salz und Pfeffer hinzugeben und kräftig durchrühren, sodass leichte Blasen kommen. Den Käse fein reiben, hinzufügen und umrühren. Nun den Teig ca. 15 Minuten ruhen lassen.

Die Champignons säubern und in Viertel oder dicke Scheiben schneiden. Den Blumenkohl putzen, in Röschen teilen und in kochendem, gesalzenen Wasser ca. 2 Minuten blanchieren. Zwiebel in feine Würfel schnibbeln. Öl am besten in einer Grillpfanne mit Rillen erhitzen. Die Zwiebelwürfel und Champignonscheiben ca. 5 Minuten darin anbraten.

Dann Blumenkohl und Kräuter zugeben und unterheben. Wenn der Blumenkohl Farbe bekommt, mit ein paar Spritzern Balsamico und einem Teelöffel Honig ablöschen und Brühe dazugießen. Die Flüssigkeit einkochen lassen.

Unterdessen Öl in einer runden Pfanne erhitzen. Den Teig portionsweise zu dünnen Pfannkuchen ausbacken. Keine Sorge - der erste gelingt nie! Einen goldbraun ausgebackenen Pfannkuchen auf einen großen Teller legen, die Füllung nur auf einer Hälfte des Pfannkuchens verteilen, die zweite drüberklappen, mit etwas Gruyère und Kräutern dekorieren. Fertig!

Getränkeempfehlung:

Unsere Weinbauberaterin Veronica Ullrich empfiehlt dazu ein leichtes Weißwein-Cuvée, zum Beispiel



vom [Bioland-Weingut Martin](#) aus Insheim.

BIOLAND, den 27.06.2022