Pfannkuchenröllchen mit Gemüsefüllung

Sonstige Gerichte » Eiergerichte

Zutaten (4 Personen)

» 1 rote Paprika
» 1 rote Chilischote(n)
» 2 Knoblauchzehe(n)
» 1 Zwiebel(n)
» 3 EL Olivenöl
» 2 Möhre(n)
» 2 Lauchzwiebel(n)
» 100g Kochschinken
» Salz & Pfeffer
» 250g Mehl
» 4 Ei(er)
» 375ml Milch
» Öl

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Paprika- und Chilischote abbrausen, putzen und entkernen. Paprika in feine Streifen schneiden, Chili hacken. Knoblauch und Zwiebel abziehen, fein würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Paprika, Chilischote, Knoblauch und Zwiebel darin andünsten.

2. Möhren und Lauchzwiebeln waschen, schälen bzw. putzen. Möhren in feine Streifen, Lauchzwiebeln in dünne Ringe teilen. Beides in die Pfanne geben, kurz mitdünsten. Schinken in kleine Würfel schneiden, zum Gemüse geben, kurz erwärmen. Die Füllung kräftig salzen und pfeffern.

3. Mehl mit Eiern, Milch und Salz zu einem glatten Teig verrühren. Daraus in einer Pfanne in etwas Öl portionsweise dünne goldbraune Pfannkuchen backen.

4. Auf jeden Pfannkuchen etwas Gemüsefüllung geben. Aufrollen, schräg in etwa 5cm breite Stücke schneiden und auf Tellern anrichten. Nach Wunsch die Röllchen mit Salat, Petersilie und Kresse garniert servieren.

Dazu schmeckt ein pikanter süßsaurer Dip oder eine Tomatensoße.

Nährwerte: 500kcal/E23g/F21g/KH55g pro Portion

angelegt am: 05.02.2004 Rezept-Nr: 946

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke