Blutige Pancakes

Gesamtzeit: 1 h 10 min

Aktivzeit: 40 min

Einfach



Zutaten

für 6 Personen

Zutaten

80 g	Rinderblut
100 g	Weissmehl
100 g	Roggenmehl
2 g	Backpulver
4 g	Salz
2 dl	Milch oder Wasser
etwas	Öl
6	frische Pflaumen
150 g	cremiger Schafsfrischkäse
2 EL	Zitronensaft
	Pfeffer

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

226	kcal
9 g	Eiweiss
29 g	Kohlenhydrate
7 g	Fett

enthält Gluten

enthält Laktose

Tipp

Pancakes statt mit Frischkäse und Pflaumen mit karamellisierten Zwiebeln, Alpkäse, Ahornsirup oder Sauerrahm belegen.

Zubereitung

1 Mehl, Salz, Backpulver und Milch in eine Schüssel geben, vermengen und 30 Minuten quellen lassen. In einer zweiten Schüssel das Blut schaumig schlagen, bis es leicht pink und luftig wird. Die Blutmasse unter den Teig heben.

2 In einer Teflonpfanne mit etwas Fett die Pancakes ca. 2 Minuten pro Seite golden braten.

3 Für den Belag den Frischkäse glatt und cremig rühren. Evtl. mit Salz abschmecken. Die Pflaumen aufschneiden und mit Salz und Zitronensaft marinieren.

4 Pancakes mit dem Frischkäse bestreichen und mit den frischen Pflaumen belegen.