

# Klassischer Crêpes-Teig



Der feine Unterschied.

🔪 Einfach



## Zutaten

für 8 Stück

**150 g** Mehl  
**3 dl** Milch  
**0.5 TL** Salz  
**3** Eier  
**30 g** flüssige Butter oder Öl

## Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

**147** kcal  
**6 g** Eiweiss  
**15 g** Kohlenhydrate  
**7 g** Fett

🌾 enthält Gluten

🥛 enthält Laktose

## Zubereitung

1 Mehl und Milch glatt rühren. Salz, Eier und Butter oder Öl beifügen und alles verrühren. 30 Minuten ausquellen lassen. Anschliessend aus dem Teig dünne Crêpes in etwas Butter oder Öl herausbacken.