

# Randen-Crêpes-Teig



Der feine Unterschied.

🔪 Einfach



## Zutaten

für 8 Stück

- 80 g** gekochte, geschälte Randen
- 3 dl** Milch
- 120 g** Mehl
- 0,5 TL** Salz
- 3** Eier
- 30 g** flüssige Butter oder Öl

## Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

- 139** kcal
- 6 g** Eiweiss
- 13 g** Kohlenhydrate
- 7 g** Fett

🌾 enthält Gluten

🥛 enthält Laktose

## Zubereitung

- 1 Randen mit der Milch im Mixer fein pürieren. Mehl beifügen und 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.