



Herzhafte Pancakes mit Eiszapfengrün-Pesto

Rezepte vom LAISEACKER



Zutatenliste (4 Portionen):

200g Dinkelmehl, 100ml Sojamilch, 100ml Sprudel, 1 TL Backpulver, 1 Bund Eiszapfen, 1 Handvoll getrocknete Tomaten, 10 EL Olivenöl, 2 Knoblauchzehen, 1 Bund Petersilie, 1 Zwiebel, 1 EL Essig, 1 Handvoll Kapern, Kurkuma, Muskat, Kräutersalz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Die Zwiebeln in feine Würfel schneiden. Die Tomaten und die Petersilie fein hacken. Das Mehl mit 5 EL Olivenöl, Salz, Kurkuma, Backpulver, Sojamilch, Essig und Sprudel vermengen. Die Zwiebeln, Tomaten, Kapern und die Hälfte der Petersilie unter den Teig heben. In einer Pfanne mit etwas Olivenöl, eine kleine Kelle Teig zu Pancakes ausbacken.
2. Für das Pesto das Eiszapfengrün waschen. In ein Mixbehältnis mit der Petersilie, Knoblauch, 5 EL Olivenöl, Salz, Muskat und Pfeffer gut mixen. Je nach Konsistenz etwas Olivenöl hinzugeben.
3. Die Eiszapfen längs halbieren und in einer Pfanne von beiden Seiten kross anbraten.
4. Die Pancakes mit dem Pesto und den Eiszapfen servieren.

Viele weitere tolle Rezeptideen
finden Sie auf

www.laiseacker.de.

Guten Appetit

