



Zucchini-Pfannkuchen mit Pesto-Caprese-Füllung

Zutaten für ca. 12 Pfannkuchen (ausreichend für 4 Personen):

1 Zucchini
200 g Dinkelmehl 630
100 g Dinkelvollkornmehl
1 Messerspitze Backpulver
2 TL Salz
Pfeffer
4 Eier
300 ml Buttermilch
100 ml Mineralwasser (mit Kohlensäure!)
2 EL frische Kräuter (altern. 1 TL getrocknet)
Öl zum Braten



Für die Füllung:

200 g Schmand oder Crème Fraîche
150 g Basilikumpesto
350 g Kirschtomaten
3 Packungen Mozzarella-Bällchen
50 g Pinienkerne

Zubereitung:

Die beiden Mehlsorten mit Pfeffer, Salz + Backpulver mischen, Buttermilch und Eier mit dem Handrührgerät unterheben. Den Grundteig für ca. 20 Min. ruhen lassen.

Zwischenzeitlich die Tomaten und Mozzarella-Bällchen halbieren. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett leicht bräunen.

Zucchini fein reiben und zusammen mit Kräuter + Mineralwasser unter den Teig rühren.

Die Pfannkuchen in einer Pfanne mit je 1 TL Öl von beiden Seiten goldgelb backen, mit Schmand/ Crème Fraîche, Basilikumpesto bestreichen und mit Tomaten, Mozzarella + Pinienkerne belegen, aufrollen und fertig.

Hinweis:

Der Anteil an Vollkornmehl gibt dem Teig einen leicht nussigen Geschmack. Backpulver in Verbindung mit Buttermilch macht die Pfannkuchen schön fluffig und kein bisschen brüchig, dies wird am Ende durch die Zugabe von Mineralwasser nochmals unterstützt.

Reibe die Zucchini erst unmittelbar vor dem untermengen, denn diese verliert schnell an Wasser. Halte die Pfannkuchen im Ofen warm oder gib sie vor dem Belegen nochmals kurz zum Erwärmen in die Pfanne.

Guten Appetit und gutes Gelingen wünscht LelaLecker eure Küchenfee aus Hohenlohe!

www.lelalecker.de