

Kräuter-Pfannkuchen mit Pfannengemüse und Blitz-Hollandaise

Zutaten für den Pfannkuchenteig (für 4 Personen):

- 3 Eier
- 250 ml Milch
- 200 g Weizenmehl Typ 405
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Zucker
- 1 Bund Schnittlauch
- Pflanzenöl oder Butterschmalz

Eier, Milch und Mehl zu einem glatten Teig verrühren und vorsichtig mit Salz und Zucker würzen. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und hinzufügen. Wer mag, kann auch andere weiche Kräuter verwenden, beispielsweise Petersilie oder Kerbel.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Eine Kelle Teig hineingeben und durch Bewegung der Pfanne bis zum Rand dünn verteilen. Die Unterseite etwas stocken lassen und bräunen. Dann wenden und auf der anderen Seite ebenfalls bräunen und fertig garen. Die anderen Pfannkuchen genauso zubereiten, gegebenenfalls im Ofen warmhalten.

Zutaten für die Hollandaise:

- 250 g Butter
- 3 Eigelb
- 1 TL Senf
- 1 EL Crème fraîche
- Salz
- Zucker
- 1 Spritzer Zitronensaft
- alternativ: heller Wein-Essig

Butter in einem Topf schmelzen. Eigelb mit Senf und Crème fraîche in ein schmales, hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab mixen. Dann die Butter langsam und portionsweise hinzufügen, bis eine cremige Konsistenz entsteht. Mit Essig oder Zitronensaft, Salz und Zucker abschmecken.

Zutaten für das Pfannengemüse:

- 1 Kopf Brokkoli oder Blumenkohl
- einige Zuckerschoten
- alternativ: breite Bohnen
- 3 Möhren
- etwas Pflanzenöl
- 1,5 EL Butter
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- zum Garnieren: Sprossen oder Kräuter

Das frische Gemüse für dieses Gericht kann man nach Geschmack und Saison auswählen, es sollte aber eine kurze Garzeit haben.

Einen großen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Das Gemüse waschen, putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Etwa 4 Minuten in das kochende Wasser geben. Danach abtropfen lassen. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse 2-3

Minuten anbraten. Dabei etwas salzen und zuckern. Kalte Butter hinzufügen und mit dem Gemüse vermengen. Etwas schmoren lassen, bis die restliche Flüssigkeit verdampft ist und das Gemüse einen schönen Glanz hat.

Die Pfannkuchen auf Teller geben, mit Gemüse belegen und dann zusammenklappen. Die Hollandaise großzügig darüber träufeln und alles mit Sprossen oder Kräutern garnieren.

Sendung/Quelle: Schmeckt. Immer.

Sendetermin: 03.03.2024

Koch/Köchin: Zora Klipp

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen