Crêpes Suzette

Zutaten für den Teig (für 4 Personen):

· 100 g Butter
· 75 g Dinkelmehl
· 2 Eier
· 185 ml Milch
· 20 g Birkenzucker

Butter in einen Topf geben und schmelzen, bis sie bräunlich wird und nussig riecht. Etwas abkühlen lassen. Eier, Dinkelmehl, Birkenzucker, Milch und geschmolzene Butter in eine Schüssel geben und verrühren. Den Teig 20 Minuten ruhen lassen.

Eine beschichtete Pfanne erhitzen und den Teig ohne Fett hineingeben. Die Pfanne leicht hin- und herbewegen und den Teig dabei dünn auf dem Pfannenboden verteilen. Crêpes anbraten, dann wenden und fertigbacken. Alle Crêpes vorbacken und auf einen Teller legen. Wer keine beschichtete Pfanne hat, kann die Crêpes mit etwas Butter oder Butterschmalz braten.

Zutaten für das Orangenragout:

· 3 Bio-Orangen
· 100 g Mandeln
· 2 EL Ahornsirup
· 0,5 Stange Vanille

Orangenschale mit einem Ziselierer abziehen oder abschneiden und anschließend in feine Streifen schneiden. Schalenreste und die weiße Haut von den Orangen entfernen. Die Filets zwischen den Lamellen herausschneiden und in eine Schüssel geben. Den restlichen Saft ausdrücken und zu den Filets geben.

Mandeln im Ganzen oder grob gehackt in eine heiße Pfanne geben und rösten. Etwas Ahornsirup hinzufügen und die Mandeln karamellisieren. Orangenschale und das ausgekratzte Vanillemark dazugeben. Orangensaft hinzufügen und alles kurz schmoren. Zum Schluss die Filets hineingeben und die Pfanne vom Herd nehmen. Sie sollen nicht zerfallen.

Fertigstellen:

· Orangenschnaps oder Rum
· Basilikum oder Minze

Die Crêpes-Pfanne wieder erhitzen und die Crêpes nacheinander hineingeben. Jeweils etwas Orangensud angießen und den Pfannkuchen darin wenden. Alternativ die Crêpes falten und gleichzeitig in die Pfanne geben. Wer mag, kann die Crêpes anschließend flambieren. Dafür Rum oder Orangenschnaps angießen und anzünden.

Die Crêpes falten, auf Tellern anrichten und Orangen, Mandeln und etwas Sud dazugeben. Mit Basilikum oder Minze garnieren.

Sendung/Quelle: Iss besser!
Sendetermin: 01.01.2023
Koch/Köchin: Tarik Rose

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