



REZEPT DER WOCHE

KW 18 01.05. – 07.05.2023

Herzhaft gefüllte Walnuss-Pfannkuchen

(Für ca. 4 Personen)

Das brauchen Sie:

- 120 g [Weizenvollkornmehl](#) (Art.Nr. 6005)
- Etw. Salz
- 70 g [Walnüsse](#) (Art.Nr. 5636)
- 250 ml Wasser
- 4 [Eier](#) (Art.Nr. 1989)
- 4 EL [Bratöl](#) (Art.Nr. 8325)
- 400 g [Möhren](#) (Art.Nr. 300)
- 1 [Lauchstange](#) (Art.Nr. 406)
- 300 g [Pastinaken](#) (Art.Nr. 314)
- 1/2 Bd. [Petersilie](#) (Art.Nr. 451)
- 1 EL [Currypulver](#) (Art.Nr. 8669)
- 125 ml [Gemüsebrühe](#) (Art.Nr. 8102)
- 500 g [Joghurt 1,8 %](#) (Art.Nr. 2274)
- Etw. Pfeffer

Und so geht's:

Mehl, 1 Prise Salz und Walnuskerne mischen. Erst Wasser, dann Eier unterrühren. Teig 30 Minuten ruhen lassen. Möhren und Pastinaken in Streifen schneiden. Pastinaken im heißen Öl 2 Minuten andünsten. Möhren und 1 TL Curry zugeben, 4 Minuten dünsten. Brühe und Lauch zugeben, aufkochen und auf dem ausgeschalteten Herd stehen lassen.

Etwas Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Nacheinander 8 Pfannkuchen von beiden Seiten goldbraun backen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im Backofen bei 120 °C warmhalten.

Petersilienblätter abzupfen, einige beiseitelegen, Rest hacken. Joghurt mit Salz und der Hälfte der gehackten Petersilie verrühren.

Gegartes Gemüse kurz aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Curry abschmecken, übrige gehackte Petersilie unterheben. Gemüse auf die Pfannkuchen verteilen und darin einrollen. Auf einer vorgewärmten Platte anrichten. Mit Petersilienblättern bestreuen und mit Joghurt servieren.

Wir wünschen Ihnen gutes Gelingen!

Bei Rückfragen sind wir für Sie erreichbar:
Tel. (0 72 23) 8 06 22 30
E-Mail: info@deckersbiohof.de
www.deckersbiohof.de

DECKERS **BIO** **HOF**