

Pikante Crêpes mit Faschiertem



Ich liebe gutes Bio-Rinderfaschiertes und wollte mal statt meinen Klassikern und insbesondere statt Burritos pikante Crêpes mit Faschiertem ausprobieren - e voila: es ist echt lecker! Gekoppelt mit etwas Chili-Öl und einem Salat sowohl in den Crêpes wie auch als Beilage mit etwas Tomaten, Bohnen und Mais schmecken die pikante Crêpes mit Faschiertem wunderbar und sie sind noch dazu ein wahrer Eiweiß-Boost. Gutes Gelingen :-)

Du brauchst dafür:

Für die Crêpes:

- 1 Ei
- 4 EL Milch
- 50 g Mehl
- Eine Brise Backpulver
- Salz

Für die Fülle:

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 130 g Faschiertes
- 1 Handvoll Mais
- Etwas Chili
- 50 g Creme fraîche
- Rotes Paprikapulver oder chili-Öl
- Salat

Und so geht 's:

- Eier, Milch und 4 EL kaltes Wasser gut verrühren
- Mehl, Backpulver und Salz ebenfalls verrühren und zur Eiermischung geben und gut verrühren, so dass ein glatter Teig entsteht
- Während sich der Teig ausruht: Zwiebel und Knoblauch in dünne Scheiben schneiden
- Mais abspülen
- Öl in einer Pfanne erhitzen und das Faschierte anbraten
- Zwiebel, Knoblauch und etwas Chili dazugeben und kurz mitbraten
- Mail dazu geben, anschließend salzen und pfeffern
- Creme fraiche und Praprikapulver miteinander vermischen

- Salat waschen
- In einer weiteren Pfanne etwas Öl erhitzen und etwas Teig in die Pfanne geben, so dass eine sehr dünne Crêpe entsteht. Nach einigen Minuten (abhängig von der Dicke der Crêpe) umdrehen und nochmal braten
- So lange wiederholen bis kein Teig mehr übrig ist
- Jede Crêpe in der Mitte mit dem Faschierten, etwas Salat und Creme fraîche füllen, die Seiten einschlagen, anschließend einrollen und in der Mitte schräg durchschneiden
- Ein nachträglicher Tipp: schneidet euch zur etwas Backpapier zurecht, so dass ihr die befüllte halbe Crêpe hier „einpacken“ könnt - meine Crêpe haben sich im Glas leider leicht verformt