

Klassische Buchweizenpfannkuchen mit Vanillecreme und Blaubeeren, dazu Zitronensorbet

Für 2 Personen





Buchweizenpfannkuchen:

375g Buchweizenmehl
425 ml Milch
2 Stk. Eier
25g Zucker
2 El Öl
Prise Salz

Zubereitung:

Alle trockenen Zutaten vermischen und anschließend mit den anderen Zutaten zu einem glatten Teig rühren. Den Teig in einer Pfanne mit etwas Butter zu dünnen Pfannkuchen goldbraun backen.

Vanillecreme:

700 ml Milch
3 Vanilleschoten
7 Stk. Eigelb
115g Zucker
70g Speisestärke
250g Blaubeeren oder nach Wunsch und Saison 10 Pflaumen, siehe unten

Zubereitung:

Die Vanilleschote auskratzen und mit der Milch aufkochen. Das Eigelb mit dem Zucker aufschlagen und dann die Speisestärke dazu geben. Die heiße Milch zu der Ei-Masse rühren und über einem Wasserbad, unter Rühren, stocken lassen.

Je nach Wunsch die Blaubeeren (unbehandelt), die Pflaumen (als Ragout) oder anderes Obst in die Vanillecreme rühren.

Pflaumenragout:

10 Pflaumen
30g braunen Zucker
15g Butter
150 ml Portwein
5g Vanillepulver
5g Nelke gemahlen
5g Zimt gemahlen

Zubereitung:

Die Pflaumen waschen, halbieren, entsteinen. Die Butter in einem Topf erhitzen und den Zucker hinzugeben, Zucker leicht karamellisieren. Das Ganze mit dem Portwein aufgießen und die übrigen Zutaten hinzugeben, verrühren und kurz aufkochen.

HEIDE KOCHT

Regionale Gerichte und Zutaten aus der Lüneburger Heide



Zitronensorbet:

400 ml Wasser

400 ml Zucker

300 ml Zitronensaft aus ca. 8 Stk. Zitronen

Zubereitung:

Wasser mit dem Zucker 5 Min. kochen lassen. Mit dem Zitronensaft vermengen und abkühlen lassen. Die Masse entweder in eine Eismaschine geben oder in eine vorgekühlte Schale in den Gefrierschrank stellen und alle 30 Min. umrühren.

Anrichten:

Die Pfannkuchen mit der Vanille-Frucht-Creme bestreichen und einrollen. Das Sorbet und etwas Vanillecreme an der Seite anrichten. Nach Wunsch mit Puderzucker bestreuen.

Guten Appetit



<http://www.zimolounge.de>