



Pancakes mit Heidelbeeren

Zubereitung

Die Heidelbeeren werden verlesen und gewaschen, dann zum Abtropfen beiseite gestellt.

Die beiden Eier trennen. Das Eiweiß wird steif geschlagen. Die Eigelbe werden mit Milch, der Prise Salz und dem Sirup bzw. dem Honig zu einer homogenen Masse verrührt. Mehl und Backpulver vermengen und zur Masse geben. Mit dem Rührgerät gründlich vermischen. Während nun in einer Pfanne ein Teil der Buttermenge zum Braten schmilzt, wird der steife Eischnee behutsam unter den Teig gehoben.

Stück für Stück werden die Pancakes in der flüssigen Butter goldbraun ausgebacken, indem man einen Klecks Teig in die Pfanne gibt. Die Teigmenge wird so bemessen, dass die fertigen Gebäcke etwa so groß wie eine Untertasse sind. Pancakes sind deutlich dicker als etwa Crêpes oder Palatschinken. Zum Backen immer wieder etwas Butter in die Pfanne geben. Die fertigen Pancakes werden warmgehalten, bis der Teig komplett gebacken ist. Möglich ist es etwa im Ofen bei 75 Grad.

Zum Servieren werden die Eierkuchen mit der Sahne und den Heidelbeeren auf Tellern angerichtet. Statt der Sahne kann man als leichtere Variante auch – leicht gesüßten – Naturjoghurt reichen. Bisweilen werden Pancakes auch mit weiterem Ahornsirup genossen.

Zutaten für vier Portionen

- 200 Gramm Weizenmehl
- 350 Milliliter Milch mit 3,5 Prozent Fett
- 250 Gramm Heidelbeeren
- 400 Milliliter Schlagsahne
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 2 Eier Größe „L“
- 3 Esslöffel Ahornsirup oder Robinienhonig
- 1 Teelöffel Backpulver
- 1 Prise Salz
- Circa 3 Esslöffel Butter

Text: Hubert Mathes
Bildnachweise: Fotolia
Quelle: www.der-pilger.de