

## Bretonische Crêpes: Der Klassiker aus Frankreich

Auch sie kann man süß oder herzhaft genießen. Für die klassischen hauchdünnen Fladen gehört Buchweizenmehl in den Teig.

Vor allem, wenn man sie herzhaft füllt oder serviert. Das gibt ihnen einen kräftigeren Geschmack, eine dunklere Farbe und macht sie knuspriger. Sie werden üblicherweise auf einer flachen

Eisenplatte gebacken, vor allem an den Buden oder Wagen auf Märkten, wo man sie nicht nur zum Sofortverzehr kauft, sondern auch für zu Hause, wo man sie dann ganz nach Belieben füllt und so eine köstliche Mahlzeit hat.



Spezielle Crêpespfannen sind ebenfalls flach und haben nur einen zentimeterhohen Rand. Natürlich kann man auch eine völlig normale Pfanne verwenden, möglichst beschichtet, damit die Crêpes nicht festkleben.

### Zutaten für vier bis sechs Personen:

- 150 g Buchweizenmehl
- 100 g Weizenmehl
- 1 TL Salz
- 1 Ei
- 750 ml Milch und Wasser gemischt

### Zubereitung:

- Buchweizenmehl, Mehl, Salz und Ei miteinander verrühren.
- Nach und nach Milch und Wasser zufügen, kräftig rühren, damit keine Klümpchen entstehen.
- Den Teig zwei Stunden quellen lassen. Das Buchweizenmehl braucht länger, um sich aufzuschließen. Je länger man den Teig quellen lässt, desto knuspriger werden die Crêpes.
- Anschließend hauchdünne Crêpes backen und diese können ebenfalls süß (mit Marmelade, Früchten oder einem Kompott, oder salzig (mit Käse, Speck oder Schinken oder auch Tomaten) gegessen werden.