

Buchweizen-Speckpfannkuchen

Buchweizen hat am Niederrhein Tradition. Für unsere knusprigen, herzhaften Pfannkuchen mischen wir ihn etwa zu gleichen Teilen mit Weizenmehl. Buchweizen, auch Heiden- oder Sarazenenkorn genannt, hat am Niederrhein Tradition. Man nutzte ihn in der Fruchtfolge zur Auflockerung des Bodens. Er half auch, beim Umpflügen das Unkraut zu vernichten. Er wird heute noch und wieder angebaut.



Als Knöterichgewächs enthält Buchweizen kein Klebereiweiß, kein Gluten, weshalb man daraus alleine kein Brot backen kann. Für nahrhafte Fladen oder Brei, ähnlich wie Polenta aus Maismehl, lässt es sich hingegen auch allein verwenden. Für Pfannkuchenteig aber, zum Beispiel für die geliebten herzhaften Speckpfannkuchen, mischt man es lieber zu gleichen Teilen mit Weizenmehl. So entstehen besonders knusprige, herzhafte Pfannkuchen. Allerdings sollte man den Teig länger quellen lassen, so wird er duftiger und lockerer. Der Parade-Niederrheiner Hanns-Dieter Hüsich schrieb, man solle dafür den "einfachen" Speck nehmen, der nur weiß ist.

Zutaten für vier Personen:

- 100 g Weizenmehl
- 150 g Buchweizenmehl
- 3 Eier
- Salz
- Pfeffer
- 1 guter Schuss Bier
- knapp ½l Milch
- 150 g möglichst fetter, gepökelter Speck in nicht zu dünnen Scheiben

Zubereitung:

- Die beiden Mehlsorten mischen, die Eier unterrühren, dabei gleich salzen und pfeffern. Langsam, unter ständigem Rühren (damit keine Klümpchen entstehen) das Bier einarbeiten, zum Schluss die Milch einrühren. Die Konsistenz sollte die von flüssiger Sahne haben. Mindestens eine Stunde, besser zwei, ruhig sogar über Nacht, im Kühlschrank ausquellen lassen.
- Dann den Speck in Streifen oder dünne Scheiben schneiden, portionsweise in der Pfanne auslassen.
- Eine Schöpfkelle Teig darüber geben und langsam auf beiden Seiten zum goldenen, knusprigen Pfannkuchen braten.
- Gut passt dazu übrigens Rübennkraut.
- Zum Warmhalten stellt man die Pfannkuchen in den Ofen.

Beilage: Wenn man die Pfannkuchen nicht sofort aus der Pfanne verspeist, schmeckt dazu ein Romanasalat mit roten Paprikastreifen.

Getränk: Bier, Wein, Apfelsaft oder, erstaunlich, sogar Kaffee.