

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 13.03.2025 ▪
Tagesmotto "Kreative Pfannkuchen-Gerichte" mit Zora Klipp



Patricia Kain

"Mexikanischer Pfannkuchen": Pfannkuchen mit Hackfleisch-Füllung, Guacamole und Salsa verde

Zutaten für zwei Personen

Für die Pfannkuchen:

2 Eier
 150 ml Milch
 50 ml Sprudelwasser
 5-6 geh. EL Weizenmehl
 Sonnenblumenöl, zum Braten

Die Eier, Mehl, Milch und Sprudelwasser zusammen in eine Schüssel geben und mit dem Rührgerät zu einem glatten Teig rühren. Der Teig darf gerne etwas flüssiger sein. Bei Bedarf je etwas Mehl, Wasser oder Milch hinzugeben. Öl in einer Pfanne erhitzen. Pfannkuchenteig hineingeben und bei mittlerer Hitze ca. 3 Minuten backen, bis die Unterseite des Pfannkuchens leicht braun wird. Pfannkuchen wenden und weitere 2-3 Minuten backen.

Für die Hackfleisch-Füllung:

300 g Rinderhackfleisch
 15 Cocktailtomaten
 150-200 g Mais, aus der Dose
 3 Zwiebeln
 1 Limette, Abrieb & Saft
 Chiliflocken, aus der Mühle
 1 Prise gemahlene Kreuzkümmel
 1 Prise Zucker
 Sonnenblumenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Öl in einer Pfanne erhitzen. Rinderhackfleisch anbraten und mit Pfeffer, Salz und Kreuzkümmel kräftig abschmecken.

Cocktailtomaten waschen und halbieren. Zwiebeln abziehen und in halbe Ringe schneiden. Flüssigkeit der Dose Mais abgießen und Mais mit den Zwiebeln und Tomaten in der Pfanne anbraten. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Limettenzeste abreiben und mit etwas Limettensaft abschmecken.

Für die Guacamole:

2 reife Avocados
 5 Cocktailtomaten
 1 Limette, Saft
 5 Zweige Koriander
 Salz, aus der Mühle

Avocados halbieren, den Kern entfernen. Mit einem Löffel das Fruchtfleisch herauslösen. Cocktailtomaten waschen und trockentupfen. Koriander abrausen und trockenwedeln. Alle Zutaten in einem Multizerkleinerer vermengen. Limettensaft hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Servieren den Pfannkuchen mit der Guacamole bestreichen.

Für die Salsa verde:

1 Knoblauchzehe
 2 EL Kapern
 1 TL mittelscharfer Senf
 1 EL weißer Balsamicoessig
 ½ Bund glatte Petersilie
 ½ Bund Koriander
 5 Zweige Minze
 4 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle

Petersilie, Koriander und Minze abrausen, trockenwedeln und Blätter abzapfen. Knoblauch abziehen. Kräuter mit dem Knoblauch, Kapern und Olivenöl, Senf und Balsamico in einen Mixer geben und vermengen.

Für die Garnitur: Pfannkuchen mit Crème fraîche bestreichen und je etwa zwei Esslöffel Hackfleischfüllung in den Pfannkuchen verteilen. Einen Klecks Salsa verde auf der Füllung verteilen. Koriander und Frühlingszwiebeln waschen, fein hacken und nach Geschmack auf den Pfannkuchen verteilen. Etwas Limettensaft drüber träufeln. Pfannkuchen wie einen Burrito eingeschlagen und kurz in einer Pfanne anbraten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.