



Pfannkuchenauflauf

Fußball WM 2018

Die Zutaten für die Pfannkuchen:

400g Mehl
 500ml Milch
 100ml Mineralwasser
 3 Eier (Größe L)
 1 Priesse Salz
 Lebensmittelfarbe in schwarz, rot und gold
 Öl zum braten

Die Zubereitung:

- Das Mehl in eine Schüssel sieben.
- Salz, Eier, Milch und Mineralwasser hinzu geben und zu einer glatten Masse verrühren.
- Die Masse in ungefähr drei gleichgroße Mengen aufteilen und in jedes Drittel eine Lebensmittelfarbe geben und glatt rühren.
- Die Pfannkuchenmasse für ca. 30 Minuten bei Zimmertemperatur quellen lassen.
- Eine Pfanne erhitzen, etwas Öl hinzu geben.
- 1 Portion von der Masse in die Pfanne geben und durch schwenken des Kochgeschirrs verteilen. Es soll ein Pfannkuchen entstehen, welcher sich über den gesamten Pfannenboden verteilt.
- Die Hitze auf mittlere Einstellung reduzieren.
- Wenn der Pfannkuchen auf der Oberseite trocken ist (gestockt ist) umdrehen und fertig backen.
- Pro Farbe benötigen wir drei Pfannkuchen.

Die Zutaten für die Füllung:

300g Kohl (China, Spitz, Weißkohl – je nach Verfügbarkeit)
 1 mittlere Zucchini (alternativ: Aubergine)
 2 Mohrrüben
 1 Zwiebel
 1 große Kartoffel
 1Tl Gemüsewürzer
 Nach Wunsch:
 300g Rinderhackfleisch
 2EL Mehl
 3EL Öl
 ¼l Wasser oder Brühe
 ¼l Milch
 Salz, Pfeffer
 300g Käse zum Überbacken

Die Zubereitung:

- Den Kohl in feine Streifen schneiden.
- Die Zucchini und die Möhren in feine Stifte schneiden (oder hobeln).
- Als nächstes die Zwiebel schälen und in Würfel schneiden.
- Die Kartoffel schälen und in feine Streifen hobeln.
- Das Öl in einem Topf erhitzen.
- Wer die Füllung mit dem Hackfleisch machen möchte brät nun zuerst das Hackfleisch an.
- Den Kohl in das heiße Öl geben und anbraten. Er darf ruhig braun werden. Das sorgt dafür, dass der typische Kohl-Geschmack entsteht.
- Möhren, Kartoffeln und Zwiebeln hinzu geben und leicht mit anbraten.
- Die Zucchini hinzu geben.
- Das Mehl auf das Gemüse streuen und verrühren.
- Mit dem Wasser oder der Brühe ablöschen und unter rühren aufkochen lassen.
- Die Milch hinzu geben und unter rühren aufkochen lassen.
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wahlweise kann man auch frische Kräuter hinzu geben.



Pfannkuchenauflauf

Fußball WM 2018

Der Auflauf:

- In eine runde Auflaufform kommt nun ein gelber Pfannkuchen. Dann etwas Soße drauf geben und verteilen.
- Jetzt wird geschichtet: noch einmal ein gelber Pfannkuchen und Sauce.
- Ein dritter gelber Pfannkuchen und Sauce.
- Nun drei Schichten mit roten Pfannkuchen und Sauce dazwischen.
- Abschließend drei schwarze Pfannkuchen mit Sauce dazwischen.
- Auf den obersten (schwarzen) Pfannkuchen wird der Käse gegeben
- Das ganze bei 160°C Umluft für ca. 15 Minuten backen.
Sollte der Käse dann noch nicht braun genug sein einfach für wenige Minuten bei Oberhitze überbacken.



QR-Code scannen und Video schauen!

