

Gefüllte Pfannkuchen überbacken

Für 4 Portionen

340 g Vollkornmehl	4 Eier	650 ml Milch
150 ml Mineralwasser	Salz, Pfeffer	40 g Butter
1 Zucchini	1 Paprika	1 Zwiebel
100 g Feta	1 Hand. Petersilie	3 EL Rapsöl
2 EL Ajvar, scharf	150 g Gratin-Käse	

Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Aus 300 g Mehl, Eiern, 150 ml Milch, Mineralwasser und Salz einen Pfannkuchenteig rühren. 10 Minuten ruhen lassen, evt. noch etwas Flüssigkeit zufügen.

Butter schmelzen, 40 g Mehl einrühren, anschwitzen und 500 ml Milch zufügen. Unter Rühren aufkochen, 15 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zucchini waschen und klein würfeln. Paprika waschen, Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch ebenfalls klein würfeln. Zwiebel schälen und fein hacken. Feta zerbröseln. Petersilie hacken.

1 EL Öl erhitzen und das Gemüse anbraten. Ajvar zugeben und 5 Minuten köcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Öl erhitzen und 8 Pfannkuchen ausbacken.

Pfannkuchen mittig mit der Gemüsefüllung belegen, Petersilie und Feta darüber streuen und die Pfannkuchen aufrollen. Nebeneinander in eine Auflaufform setzen. Mit der Soße begießen und mit Käse bestreuen. Gut 20 Minuten gratinieren.

NN am 20. Januar 2026