

# Crêpes mit Rahmspinat und Käse



## Zutaten für 8-10 Stück:

120 g Mehl, 2 Msp Salz  
150 ml Vollmilch  
3 Eier  
150 ml Mineralwasser mit Kohlensäure  
3 EL flüssige Butter

## Für die Pfanne:

je Crêpe eine Msp Butterschmalz

## Besondere Hilfsmittel:

Crêpes-Pfanne (25 cm)  
kleiner Schöpflöffel (ca. 30 ml)  
Pfannenwender, Alufolie

## Belag:

Rahmspinat (TK)  
Gruyere (am Stück)

1. Butter schmelzen, ohne dass sie braun wird.

2. Mehl und Salz vermischen, mit der Milch und den Eiern mit einem Schneebesen oder einem elektrischen Handrührgerät zu einem glatten Teig verrühren. Das Mineralwasser und die flüssige Butter einrühren.

3. 30 Minuten ruhen lassen.

4. Crêpes-Pfanne vorheizen. Eine Msp Butterschmalz in der Pfanne schmelzen lassen.

5. Einen kleinen Schöpfer voll Teig in die Pfanne gießen, durch Schwenken verteilen. Die dünnen

Crêpes auf jeder Seite knapp eine Minute braten.

6. Fertige Crêpes bei 80° im Backofen warm halten, dabei mit Alufolie abdecken.

## Belag:

1. Rahmspinat mit 1-2 EL Wasser in einem Topf schmelzen.

2. Crêpes auf vorgewärmte Teller legen und einige EL Rahmspinat darauf verteilen. Nach Wahl mit sehr fein geriebenem Käse bestreuen.

## Hinweise:

Das Bild zeigt eine Realisierung durch den Ideengeber Patrick B., im Februar 2020.

Wenn Patrick Crêpes macht, kann man für diese Variante auch noch eine dünne runde Scheibe Schinken und/oder ein Spiegelei "bestellen".

Übrig gebliebene Crêpes in Streifen schneiden und als Suppeneinlage verwenden.

## Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 30 min, Gesamtzeit ca. 60 min, kleine Gerichte, Hauptspeisen, Eierspeisen, französisch

Rezept und Foto: Walter  
Stand 24.01.2023