

Sour Cream Pancakes von Cynthia Barcomi

Zu Gast: Cynthia Barcomi

Sie haben die Wahl: Haferflocken, Maisgrieß oder Weizenvollkornmehl. Backen Sie aus dem Teig kleine Pancakes oder schieben Sie einen großen in den Ofen.

Vorbereitung 30 Min. · Kochzeit 40 Min. · Gesamtzeit 70 Min. · 15 Portionen

Zutaten

2 Eier
200 g saure Sahne
200 ml Vollmilch
75 g Vollkornweizenmehl, Maisgrieß (kein Instantpolenta) oder Haferflocken
300 g Mehl
2 TL Backpulver
1 TL Natron
1/4 TL Trockenhefe
3/4 TL Salz
1 -2 EL Zucker
75 g Butter, zerlassen und leicht abgekühlt
Pflanzenöl und Butter zum Braten
frische oder tiefgekühlte Beeren oder in Scheiben geschnittene Früchte (nach Belieben)

Zum Servieren (nach Belieben):**

Früchte, Joghurt, Honig oder Ahornsirup

Zubereitung

1. Die Eier mit saurer Sahne und Milch verquirlen. Beiseitestellen.
2. In einer großen Schüssel das gewählte Getreideprodukt mit dem Mehl, Backpulver, Natron, Hefe, Salz und Zucker verrühren. Die Eiermischung dazugießen. Alles verrühren, bis sich die Zutaten gerade verbinden. Die Butter unterziehen.
3. Den Teig in einen luftdicht schließenden Behälter geben, ein Stück Frischhaltefolie auf die Oberfläche legen. Für mindestens 6 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.
4. Eine schwere Pfanne erhitzen. Etwas Pflanzenöl und 1 EL Butter hineingeben. Mit einem großen Löffel, einer Schöpfkelle oder einem Eiscremeportionierer den Teig portionsweise in die Pfanne geben. Nach Belieben Früchte auf den Teig geben und leicht andrücken.
5. Bei mittlerer Hitze etwa 4 Minuten braten, bis auf der Oberfläche große Blasen erscheinen. Die Pfannkuchen wenden und die andere Seite leicht bräunen. Nach Belieben mit Früchten, Joghurt und Honig oder Ahornsirup servieren.

- 6.** TIPP: Tipp: Das Rezept ergibt einen recht dicken und luftigen Teig, der mit der Zeit weiter eindickt. Soll er flüssiger sein, insgesamt 300 ml Milch verwenden.
- 7.** Den Backofen auf 230°C (Umluft) vorheizen.
- 8.** Ein Backblech buttern, nach Belieben mit Backpapier auslegen, dann das Papier mit zerlassener Butter fetten.
- 9.** Den Teig hineingeben, darauf Früchte, Nüsse oder Schokostückchen verteilen.
- 10.** Im Ofen 12 Minuten backen, dann herausnehmen und mit zerlassener Butter bepinseln.
- 11.** Den Backofengrill einschalten und den Pancake noch 2 Minuten bräunen. Vor dem Servieren in Stücke schneiden.