

CRÊPES MIT RHABARBERKOMPOTT



ZUTATEN (für 4 Personen)

FÜR DAS KOMPOTT

- 1 kg Rhabarber
- 150 g Zucker
- 1 Vanillestange
- 50 g getrocknete Aprikosen
- ggf. 1 EL Stärke zum Andicken des Kompotts

FÜR DIE CRÊPES

- 2 Eier
- 300 ml Milch
- 160 g Weizenmehl Type 1050
- 1 Prise Salz
- 1 EL Butter

AUSSERDEM

- etwas Puderzucker
- etwas Minze

NÄHRWERTE

PRO 100 GRAMM

- 472 kcal
- 12 g Eiweiß
- 8 g Fett
- 89 g Kohlenhydrate

Zeitaufwand: 60 Minuten

ZUBEREITUNG

1. Den Rhabarber waschen, beide Enden abschneiden, bei dicken Stangen die Haut abziehen. Dicke Stangen längs teilen, dann schräg in zwei Zentimeter große Stücke schneiden. In einen Kochtopf geben, mit dem Zucker bestreuen und durchrühren. 20-30 Minuten stehen lassen, bis sich Saft gebildet hat.
2. Inzwischen für die Crêpes Ei, Milch und Salz verrühren. Das Mehl sieben und nach und nach unterrühren, damit sich keine Klümpchen bilden. Den Teig 30 Minuten quellen lassen.
3. Das Mark aus der Vanilleschote kratzen und dieses zusammen mit der Schote zum Rhabarber geben. Die Aprikosen fein Würfeln, dazugeben und bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten einkochen lassen. Die Vanillestange entfernen.
4. Eine beschichtete Pfanne erhitzen und dünn mit Butter einfetten. Eine Kelle Teig in die Pfanne geben, diese leicht schwenken, damit sich der Teig gut verteilt. Kurz braten, wenden und aus der Pfanne nehmen. Übrigen Teig ebenso verarbeiten.
5. Je einen fertigen Crêpes auf einen Teller legen, 2-4 Esslöffel Kompott auf einer Hälfte des Crêpes verteilen und den Crêpe zuklappen. Nach Belieben mit Puderzucker bestreuen und ein paar Blättern Minze garnieren.



REISER RÄT

Etwas geschlagene Sahne passt sehr gut zu diesem Dessert.

