

## Herzhafte Crêpe-Schnecken



- **Gang:** Abendessen, Mittagessen, Snack
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4 - 5
- **Vorbereitungszeit:** 5m
- **Zubereitungszeit:** 5m
- **Fertig in** 10m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '10', 'cook_time' : '5m', 'prep_time' : '5m', 'servings' : '4 - 5', 'yield' : " } });
```

Wer nach einer nahrhaften Suppeneinlage sucht, sollte diese kleinen **herzhaften Crêpe-Schnecken** ausprobieren. Ob mit einer herzhaften Füllung, frischen Kräutern im Teig oder blank, diese kleinen Teigwaren sind eine hervorragende Beilage in einer heißen Suppe.

### Crêpe: Der französische Eierkuchen

Der Crêpe ist eine dünne Variante des Pfannkuchen und stammt aus der Bretagne. Neben dem Baguette zählt er als kulinarisches Symbol für Frankreich. Der dünne, runde Teig selber ist meist relativ geschmacksneutral, damit er sowohl süß als auch herzhaft belegt werden kann.

Der Unterschied zwischen Pfannkuchen und Crêpes liegt nicht nur in der Dicke, sondern auch im Verhältnis zwischen Mehl, Milch und Eiern. Während bei der französischen Version mehr Eier im Teig vorhanden sind, ist der Pfannkuchenteig mit mehr Mehl zubereitet.

## Zutaten

- 50 Gramm Weizenmehl, Typ 405 gesiebt
- 100 ml Milch
- 1 ganzes Ei
- Etwas Butter
- Salz, 1 Strich geriebene Muskatnuss

**Da viele oftmals Probleme bei der Herstellung von Crêpes oder Pfannkuchen in der Pfanne haben, empfehlen wir einen Crêpe-Maker. Durch die individuell einstellbare Wärmeregulierung erzielen Sie ein optimales Ergebnis, ohne das der Teig festklebt, reißt oder anbrennt.**

## Zubereitungsart

### Schritt1

Aus den Zutaten einen klumpenfreien Crêpe-Teig mixen.

### Schritt2

In einer beschichteten Pfanne bei mäßiger Hitze möglichst dünne Crêpes nacheinander braten.

### Schritt3

Aufrollen und schräg 2-3 cm schmale Schnecken schneiden. 3 - 4 Schnecken p.P. in die heiße Consommé setzen und sofort servieren.

## Süße Toppings fürs Crêpe

**Crêpes** müssen wie in diesem Fall nicht unbedingt herzhaft belegt sein oder in einer Suppe verspeist werden. Es gibt für die süßen Naschkatzen unter uns durchaus auch **einige süße Toppings**, die hervorragend mit dem Crêpe harmonieren:

- Schokocreme
- Marmelade
- Honig
- Ahornsirup
- Puderzucker
- Zimt und Zucker

**Rezeptart:** Eierspeisen, Partyrezepte, Schnelle Rezepte, Suppeneinlagen, Vegetarisch

## Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Kalorien (kcal)74
- Eiweiß (g)3

- Fett (g)3
- KH (g)8
- Cholesterin (mg)46

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/crepe-schnecken/>