Dinkelpalatschinken

Im Handumdrehen sind die Zutaten für dieses Rezept verrührt. Nach der Ruhezeit müssen die köstlichen Dinkelpalatschinken nur noch ausgebacken werden.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 15 min

Ruhezeit: 60 min

Gesamtzeit: 1,5 h



Zutaten

190 g	Vollkorndinkelmehl
2 Stk.	Eier
120 ml	Milch
120 ml	Mineralwasser
Nach Belieben	Rapsöl (zum Ausbacken)

Zubereitung

1. Für die feinen Dinkelpalatschinken zu Beginn das Mehl in eine große Backschüssel füllen. Mit dem Schneebesen Milch sowie Mineralwasser gründlich unterrühren. Abdecken und eine Stunde ruhen lassen (mindestens 30 Minuten).

2. Nach der Rastzeit die Eier in den Teig schlagen und verrühren. Die ideale Teigkonsistenz ist eher dünnflüssig. Gegebenenfalls noch ein wenig Wasser und Milch einrühren.

3. Etwas Öl in eine beschichtete Pfanne streichen und erhitzen. Den Teig portionsweise mit einem Schöpflöffel eingießen (immer in die Pfannenmitte). Die Pfanne schwenken, damit sich der Teig gut verteilt. Goldgelb anbacken lassen, dann wenden und fertig ausbacken.

Tipp

Die Dinkelpalatschinken kann man mit süßer oder herzhafter Füllung servieren: Marmelade, Kompott, Powidl, eingelegte Früchte, Eis, Topfen, Gemüse, Zwiebeln oder faschiertes Fleisch.