Gefüllter Pfannkuchen – Teil I: Mit Pilzfüllung

Mit Pilzfüllung gefüllter und gerollter Pfannkuchen

Dies ist ein Gericht, das nicht viel Aufwand bereitet, relativ schnell zubereitet ist und auch noch sehr lecker schmeckt. Für die Füllung kann man die verschiedensten Variatonen verwenden. Ich beschränke mich hier auf drei Füllungen, Teil I zeigt die Zubereitung mit einer Pilzfüllung. Beschränkt man sich generell auf Füllungen ohne Fleisch oder Speck, ist dies sogar ein Gericht, das sich Vegetarier schnell zubereiten können.

Zutaten für den Pfannkuchen:

- *3 gehäufte EL Mehl*
- *1 Ei*
- *Milch*

- *Salz*
- *Pfeffer*
- *Olivenöl*
- *1 Zweig frische Petersilie*

Zubereitungszeit: 5 Min.

Wenn Sie den Pfannkuchen zubereiten, sollte die Füllung vorher schon zubereitet und gegart sein, weil der Pfannkuchen insgesamt nur 5 Min. Zeit benötigt. Geben Sie das Mehl, dann das Ei und einen großen Schuss Milch in eine Schüssel, dazu ein wenig Salz und frisch gemahlenen Pfeffer. Verrühren Sie alles mit einem Schneebesen in der Schüssel, bis sich eine gebundene, sämige Mischung ergibt.

Sie selbst können bestimmen, ob Sie eher einen festeren, dicken Pfannkuchen zubereiten wollen, indem Sie wenig Milch hinzugeben. Oder ob es eher ein dünnflüssiger, damit auch dünnerer Pfannkuchen in der Pfanne werden soll, der eher an eine Crêpe erinnert, indem Sie viel Milch hinzugeben.

Der frisch gerührte Pfannkuchenteig in Olivenöl in der Pfanne

Erhitzen Sie Olivenöl in einer großen Pfanne. Geben Sie die verrühte Mischung hinzu und verteilen Sie sie durch Schwenken gleichmässig in der ganzen Pfanne, so dass sie eine große, runde Fläche einimmt. Auf beiden Seiten ca. 1–2 Min. anbraten, bis der Pfannkuchen etwas gebräunt, aber noch nicht verbrannt ist. Möglicherweise müssen Sie dies einige Male ausprobieren, denn es ist schwierig, den Zeitpunkt herauszufinden, zu dem der Pfannkuchen a) schon gebunden ist und gestockt hat, somit eine feste Konsistenz aufweist, auf der Rückseite gebräunt ist und gewendet werden kann oder b) noch zu dünnflüssig ist und somit beim Wenden zerbricht. Auch wenn der Pfannkuchen beim Zubereiten recht dunkel wird, er aber noch nicht verbrannt ist, können Sie ihn ohne Bedenken verwenden.

Achtung: Verabschieden Sie sich von Vorstellungen, den Pfannkuchen durch ein geschicktes Werfen in die Luft zu

wenden, es sei denn, Sie haben eine spezielle Kochlehre abgeschlossen. In der häuslichen Umgebung bedeutet dies nämlich meistens nur, dass der Pfannkuchen entweder an der Decke klebt, sich auf der Arbeitsablage der Küche verteilt oder sogar komplett auf den Fußboden klatscht. Also, das ist nur etwas für Profis, die es gelernt haben.

Der fertig gegarte, etwas dunkle Pfannkuchen

Wenn der Pfannkuchen auf beiden Seiten ein wenig braun gebraten wurde, nehem Sie ihn heraus und geben Sie ihn auf einen großen flachen Teller. Geben Sie die jeweilige Füllung löffelweise in der Mitte des Pfannkuchens darauf, so dass sie eine Art gehäufte Linie bildet. Dann klappen Sie die beiden Seiten des Pfannkuchens links und rechts dieser gehäuften Linie über die Füllung und bilden somit mit dem Pfannkuchen eine Röhre, der die Füllung beinhaltet. Eventuell nochmals mit Salz und Pfeffer nachwürzen und mit kleingeschnittener frischer Petersilie bestreuen.

Zutaten für Pilzfüllung:

- *200 frische Champignons, eventuell aber auch andere Pilze (notfalls aus der Dose)*
- *½ kleine Lauchstange*
- *½ große Gemüsezwiebel*
- *2 Zehen Knoblauch*

- *1 rote Chilischote*
- *100 ml Gemüsefond*
- *Salz*
- *Pfeffer*
- *Butter*
- *Mehl*

Zubereitungszeit: 20 Min.

Die Pilzfüllung köchelnd im Topf

Schneiden Sie die Pilze und die Lauchstange in Scheiben und die Gemüsezwiebel, Knoblauchzehen und Chilischote klein. Erhitzen Sie Butter in einem kleinen Topf und braten Sie den Lauch, die Zwiebel, Knoblauchzehen und Chilischote darin an. Den Deckel auf den Topf geben und ein wenig Flüssigkeit ziehen lassen. Dann die Pilze hinzugeben, ein wenig mitbräunen und mit dem Gemüsefond ablöschen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Ganze ca. 10 Min. bei geringer Hitze köcheln lassen und danach mit ein wenig Mehl eindicken.

Eh, voilà:

Der mit leckerer Pilzfüllung gefüllte Pfannkuchen