



Lila-Wunder-Palatschinken von Nadja Lobner

03. April 2020



*„Wenn die Menschen das 'Unkraut' nicht nur ausreißen
sondern einfach aufessen würden,
wären sie es nicht nur los,
sondern würden auch noch gesund.“*

Johann Künzle





FRÜHLINGSSPAZIEGANG & WILDKRÄUTER SAMMELN

Nadja erzählt: „Heute war ich im Aigner Waldpark Kräuter sammeln und habe Lungenkraut (*Pulmonaria officinalis*), Veilchen (*Viola reichenbachiana* oder *Viola odorata*), Waldsauerklee (*Oxalis acetosella*) und Quirlblättrige Zahnwurz (*Cardamine enneaphylos*) gefunden. Daraus entstanden eine "Wildkräuterlachsjaus'n" und "Lila Wunder-Palatschinken". Hier für euch Nadjas „Lila-Wunder-Palatschinken-Rezept“. 😊

REZEPT „LILA-WUNDER-PALATSCHINKEN“:

ZUTATEN PALATSCHINKEN (FÜR 4 PORTIONEN):

- 30 g Butter
- 3 Eier
- 150 ml Milch oder Buttermilch
- 90 g Mehl
- 1 Prise Salz

ZUTATEN CREMEFÜLLUNG:

- 250 g Topfen
- 2 EL Mascarpone
- 1 EL Honig

UND SO GEHT'S:

- Creme: 250 g Topfen mit 2 EL Mascarpone und 1 EL Honig verrühren.
- Veilchen und die Blüten des Lungenkrauts fein hacken und zur Creme mischen.
- Palatschinken zubereiten. Ich verwende dabei statt Milch lieber Buttermilch.
- Butter zerlassen. Eier, Milch/Buttermilch und 1 Prise Salz verquirlen. Mehl nach und nach unterrühren, zerlassene Butter zugeben. Teig 20 Min. quellen lassen und den Teig mit jeweils etwas Butter oder 1 TL mildem Pflanzenöl in der Pfanne ausbacken und ggf. mit einem Teller abgedeckt bei 100 Grad im Ofen warmhalten.
- Zum Schluss die Palatschinken mit der Creme füllen, mit Veilchenblüten dekorieren und genießen.

An Guadn!

Und hier geht's zu Nadjas Website: gabrielsgarten.jimdo.com

