

Pfannkuchen mit Spinat-Feta-Füllung und Pinienkernen

Für zwei Personen

Für den Joghurt-Zitronen-Dip:

$\frac{1}{2}$ Zitrone	100 g griechischer Joghurt	50 g Crème-fraîche
$\frac{1}{2}$ EL Agavendicksaft	1 EL Olivenöl	$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie
Salz	Pfeffer	

Für die Pfannkuchen:

1 Ei (M)	200 ml Milch	2 EL neutrales Öl
100 g Weizenmehl	Salz	

Für die Füllung:

200 g Blattspinat	100 g Feta	1 Knoblauchzehe
25 g Pinienkerne	Salz	Pfeffer

Für den Joghurt-Zitronen-Dip:

Den Ofen auf 70 Grad Umluft vorheizen.

Joghurt mit Crème fraîche verrühren. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blätter von den Stielen zupfen und fein schneiden. Eine halbe Zitrone auspressen und 1 Esslöffel Zitronensaft mit Agavendicksaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer unter die Joghurtmasse rühren. Dip bis zum Anrichten im Kühlschrank ziehen lassen. Vor dem Servieren ggf. erneut mit Salz, Pfeffer und Zitrone abschmecken.

Für die Pfannkuchen:

Ei verquirlen, dann Mehl und Salz dazugeben. Milch nach und nach in die Schüssel gießen und mit dem Schneebesen unterrühren bis ein glatter, leicht dickflüssiger Teig entsteht. 1 Esslöffel Öl in einer beschichteten Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen, 1 Kelle des Teiges in das heiße Öl geben und dünn in der Pfanne verteilen. Pfannkuchen goldgelb ausbacken. Pfannkuchen im Ofen warmhalten und den Vorgang mit restlichem Teig wiederholen.

Für die Füllung:

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl rösten und beiseitestellen.

Spinat waschen und abtropfen lassen. Knoblauch abziehen, die Hälfte pressen und in einer Pfanne in etwas Öl andünsten. Spinat hinzufügen, zusammenfallen lassen und auf niedriger Stufe ziehen lassen. Sollte sich dabei Flüssigkeit bilden, diese abgießen. Anschließend den Feta zerkleinern, dazugeben und leicht schmelzen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die zwei Pfannkuchen jeweils mit der Hälfte der Füllung und $\frac{1}{3}$ der Pinienkerne belegen und aufrollen. Pfannkuchen mittig schräg anschneiden und zusammen mit dem Dip auf Tellern anrichten. Mit den restlichen Pinienkernen garnieren und servieren.

Daniela Bierbaum am 27. Oktober 2020