

Flambierte Crêpes mit Orangen-Filets

Für 4 Personen

150 g Mehl	3 Eier	250 ml Milch
$\frac{1}{2}$ TL Backpulver	1 Prise Salz	4-6 EL Orangenlikör
Butterschmalz	2 Bio-Orangen	Puderzucker
frische Minze		

Das Mehl fein sieben, die Milch etwas erwärmen. Die vorbereiteten Zutaten mit den Eiern und dem Backpulver in eine Schüssel geben und gut verrühren. Den Teig 20 Minuten abgedeckt ruhen lassen.

Die Schale der Orangen mit einem Zestenreißer fein abziehen, die restliche Schale und Haut bis zum Fruchtfleisch entfernen und die Filets mit einem scharfen Messer herausschneiden. Den restlichen Saft aus den Orangen drücken, mit den Filets und der Orangenschale vermengen.

Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne erhitzen, dann eine Schöpfkelle Teig hinzufügen. Die Pfanne schwenken, bis sich der Teig auf dem ganzen Pfannenboden verteilt und ausreichend dünn ist. Von beiden Seiten 1-2 Minuten goldbraun ausbacken. So viele Crêpes herstellen, bis der Teig verbraucht ist.

Die fertigen Crêpes zu Dreiecken falten und mit etwas Butterschmalz zurück in die heiße Pfanne legen. Etwas Orangenlikör hinzufügen und die Crêpes anzünden und flambieren.

Die Orangenfilets in die Pfanne geben. Die Crêpes mit den Orangen auf Teller geben, dann mit Puderzucker bestreuen und mit Minze garnieren.

Rainer Sass am 29. Dezember 2019