



Buchweizen-Crêpes mit Honig und Granatapfel

Zutaten

- 125 g Buchweizenmehl
- Salz
- 250 ml fettarme Milch
- 3 Eier
- 20 g zerlassene Butter
- 1 EL gerösteter Sesam
- 90 g Waldhonig
- 500 g Magerquark
- 1 Granatapfel
- 6 Minzblätter

Zubereitung

1. Mehl mit 1 Prise Salz und der Milch glatt rühren. Die Eier, 10 g Butter, Sesam und 20 g Honig zu einem glatten Teig verrühren.
2. Quark mit 40 g Honig glatt rühren, Granatapfel halbieren, die Kerne herauslösen, dabei die weiße Haut entfernen. Minze fein schneiden und mit den Kernen mischen.
3. Eine beschichtete Pfanne (26 cm) mit etwas Öl auspinseln, heiß werden lassen und nacheinander 6-8 dünne Crêpes backen. Jeweils 2 EL Quark daraufstreichen mit einigen Kernen bestreuen und zusammenfalten. Restliche Kerne mit Minze und Honig darübergerben.