

## Süßer Crêpe mit Banane und Haselnüssen

### Zutaten Teig

Eier  
Weißmehl  
Milch  
Zucker  
Speiseöl  
Vanillin  
Wasser

### Zutaten Füllung

gegrillte Bananen (fein geschnitten)  
Haselnüsse (geschrotet)  
Bienenhonig

Eier schlagen. Mehl, Zucker, Öl und Vanillin einrühren. Etwas Mineralwasser hinzugeben und Teig nochmals verrühren. Anschließend Crêpe in einer Pfanne ausbacken. Die Banane mit Schale grillen, dann herausnehmen und auf dem Crêpe verteilen. Zum Schluss mit gerösteten Haselnüssen bestreuen, einschlagen und mit Honig aromatisieren.

### Passende Weine:

- ▶ Haltinger Winzer eG, Weil am Rhein
- ▶ Weingut Claudia Straub, Blansingen

Ein Rezept von:

**Crêperie Dilger Lörrach**

## Crêpes mit Emmentaler und Banane

### Zutaten Teig

Eier  
Buchweizen, 6 Korn  
Weißmehl  
Milch  
Salz  
Speiseöl  
Wasser

### Zutaten Füllung

gegrillte Bananen (fein geschnitten)  
Emmentaler (frisch gerieben)  
Röstzwiebeln  
Kräuter der Provence  
Pfeffer (frisch gemahlen)

Eier schlagen. Mehl, Buchweizen, 6 Korn sowie Salz und Öl einrühren. Etwas Mineralwasser hinzugeben und Teig nochmals verrühren. Anschließend Crêpe in einer Pfanne ausbacken. Crêpe in einer Pfanne ausbacken. Danach die Banane mit Schale grillen, aus der Schale nehmen und auf dem Crêpe zusammen mit Emmentaler, Röstzwiebeln und Kräutern verteilen.



**NaturEnergie**  
von Energiedienst