

# crêpes mit beschwipstem grillgemüse und erdbeeren

mit Käse von der ChäsChuchi Gersbach

## Zutaten Teig

60 g Dinkelvollkornmehl  
20 g Maisvollkornmehl, fein  
20 g Buchweizenmehl  
175 g Milch 3,5% Fett  
1 Stk. Ei (M)  
10 g Rapsöl

## Zutaten Füllung

400 g Gemüse (z.B. grüner Spargel,  
Karotte, Blumenkohl)  
300 g Weißwein trocken  
20 g Schnittlauch, Estragon, Kerbel,  
Thymian  
150 g Schmand

Die Mehle und eine Prise Salz mit Milch anrühren. Dann 10 Minuten quellen lassen.

Nun das Ei sowie das Rapskernbratöl einrühren. In Rapskernbratöl dünne Crêpes braten.

Gemüse putzen. Spargel in 3 cm lange Stücke schneiden. Blumenkohl in Röschen teilen. Karotten in 3 mm dicke Scheiben schneiden.

Das vorbereitete Gemüse im Weißwein 12 Stunden marinieren. Aus den geschnittenen Kräutern, Schmand, Kürbiskernöl und den Gewürzen einen Dip rühren. Damit die Crêpes bestreichen, die Erdbeeren einlegen, das Grillgemüse einfüllen und mit Schinken belegen. Anschließend mit Käse bestreuen. Crêpes einrollen und servieren.

## Passende Weine:

- ▶ Weingut Huck Wagner, Efringen Kirchen
- ▶ Bezirkskellerei Markgräflerland eG, Efringen Kirchen

Ein Rezept von:

**Enrico Steuer**



**NaturEnergie**  
von Energiedienst