



Februar-Special: Große Pancake-Liebe

Maispfannkuchen mit Bacon und Rucolasalat



ca. 25min



2 Personen

Die Liebe zu Maisgebäck reicht bis in die Zeit der Ureinwohner Amerikas zurück: Mais war in dieser Zeit ein populäres Grundnahrungsmittel. Natürlich besteht zu unseren modernen, luxuriösen Pfannkuchen mit knusprig gebratenem Speck und süß-pikanter Sriracha-Sauce kaum noch eine Verbindung. Aber was hätten wir heute ohne unsere kulinarischen Wegbereiter auf dem Teller? Eben. Ein Hoch auf die Esskultur!

- 1 Packung Baconstreifen
- 1 Dose Mais
- 2 Bio-Eier ³
- 250ml Milch ⁷
- 150g Weizenmehl ¹
- 1 Päckchen Backpulver
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Tomate
- 100g Rucola
- 2 Päckchen Sriracha-Sauce

- 2 ½ EL Butter ⁷
- 1 EL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- kleiner Topf
- große Pfanne
- Schneebesens
- Sieb
- Kelle

Kochtipp

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 934kcal, Fett 50.0g,
Kohlenhydrate 88.5g, Eiweiß 31.3g



1. Bacon braten

Den **Bacon** ohne Zugabe von Fett in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze in 4–6Min. knusprig braten, dabei gelegentlich umrühren.



2. Teig zubereiten

Den **Mais** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Die **Eier** und die **Milch** verquirlen, dann das **Mehl**, das **Backpulver** sowie je 1/2TL Salz und Pfeffer hinzufügen und glatt rühren. Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden, dabei etwas **Lauchzwiebelgrün** für die Garnitur beiseitelegen, die **übrigen Lauchzwiebelringe** und den **Mais** unter den **Teig** heben.



3. Pfannkuchen vorbereiten

1TL Butter oder Pflanzenöl in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen. Für jeden **Pfannkuchen** eine **3/4 Kelle oder 3-4EL Teig** in die Pfanne geben. Je nach Größe der Pfanne **2-4 Pfannkuchen** pro Vorgang ausbacken.



4. Pfannkuchen ausbacken

Die **Pfannkuchen** 2-3Min. garen, bis der **Teig** Blasen wirft und an den Rändern fest wird, dann wenden und in 1-2Min. goldbraun ausbacken. So fortfahren, bis der gesamte **Teig** aufgebraucht ist.



5. Salat vorbereiten

Inzwischen die **Tomate** grob würfeln und mit dem **Rucola** vermengen. 1EL Olivenöl, 1EL Essig und je 1 Prise Salz und Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren.



6. Sauce zubereiten

Die **Sriracha-Sauce** mit 2EL Butter und 1EL Honig in den Topf zu dem **Bacon** geben und bei mittlerer bis niedriger Hitze verrühren, bis die Butter geschmolzen ist. Die **Pfannkuchen** auf Teller verteilen, mit der **Sauce** beträufeln und mit dem **Lauchzwiebelgrün** garnieren. Den **Salat** mit dem **Dressing** vermengen und zu den **Pfannkuchen** servieren.