



Special-Pancakes zum Valentinstag

Schoko-Pancakes mit Himbeercreme und Orange



30-40min



2 Personen

Liebe geht ja bekanntlich durch den Magen. Unser Vorschlag: Wie wäre es, wenn du deine Liebsten zum Valentinstag mit verführerischen Pfannkuchen aus luftiger Buttermilch und dunklen Schokodrops überraschst? An den großen Augen, wenn sie die rosafarbenen Wolkentürmchen aus fruchtiger Himbeercreme bestaunen, kannst du dich dann selbst erfreuen. Geteilte Freude ist doch die schönste Freude!

Was du von uns bekommst

- 1 Becher Joghurt ⁷
- 2 Päckchen Himbeerpulver
- 1 Blutorange
- 150g Weizenmehl ¹
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 500ml Buttermilch ⁷
- 100g dunkle Schokodrops ⁶
- 10g Pistazienkerne ¹⁵

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei ³
- 20g Butter ⁷
- Zucker
- Salz

Küchenutensilien

- kleiner Topf
- 2 große Pfannen
- Küchenwaage
- Messbecher
- Schneebesen

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Sojabohnen (6), Milch (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 904kcal, Fett 32.0g, Kohlenhydrate 121.4g, Eiweiß 29.8g



1. Creme vorbereiten

Den **Joghurt** mit der **1/2 des Himbeerpulvers** und 1EL Zucker verrühren. Die **Creme** im Kühlschrank kalt stellen.



2. Orange schneiden

Die **Orangenschale** so herunterschneiden, dass die weiße Haut vollständig vom **Fruchtfleisch** entfernt wird. Anschließend die **Filets** vorsichtig aus den weißen Zwischenräumen schneiden.



3. Teig vorbereiten

20g Butter in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze langsam schmelzen. **Tipp:** Die Butter kann auch in der Mikrowelle geschmolzen werden. Das **Mehl** mit **2TL Backpulver**, dem **Vanillezucker**, 1EL Zucker und 1 kräftigen Prise Salz vermengen.



4. Teig fertigstellen

230ml Buttermilch zuerst mit der geschmolzenen Butter, dann mit 1 Ei verrühren. Die **Buttermilch-Mischung** mit der **Mehl-Mischung** vermengen, dabei darauf achten, den **Teig** nicht zu stark zu rühren. Die **1/2 der Schokodrops** vorsichtig unter den **Teig** heben.



5. Pancakes backen

In 2 großen Pfannen jeweils 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze erwärmen. **2-3EL Teig** portionsweise für jeden **Pancake** in die Pfannen geben und ca. 2Min. garen. Dann wenden und weitere ca. 2Min. backen, bis die **Pancakes** gar und goldbraun sind, ggf. die Hitze etwas reduzieren. So fortfahren, bis der **gesamte Teig** aufgebraucht ist und **4-6 Pancakes** ausgebacken sind.



6. Creme fertigstellen

Das **restliche Himbeerpulver** vorsichtig unter die **Creme** rühren, sodass pinke Streifen entstehen. Die **Pistazien** grob hacken. Die **Schoko-Pancakes** mit der **Himbeercrème** und den **Orangenfilets** stapeln, mit den **übrigen Schokodrops** bestreuen und mit den **Pistazien** garniert servieren.