



Crêpes mit Birnenkompott

serviert mit Schlagsahne und Pistazien



20-30min



2 Personen

Bei diesem himmlischen Dessert wird uns abwechselnd heiß und kalt ... Nein, wir fiebern nicht, wir naschen nur abwechselnd vom buttrig-süßen Birnenkompott mit Orange und Spekulatiusgewürz und von der luftig geschlagenen Sahne. Die beiden werden von einem zarten Crêpe-Mantel eingehüllt, und ein paar gehackte Pistazien setzen der cremigen Köstlichkeit eine knackige Krone auf. Einfach königlich!

Was du von uns bekommst

- 2 Birnen
- 1 unbehandelte Orange
- 200g Zucker
- 1 Päckchen Spekulatiusgewürz
- 2 Bio-Eier ³
- 2 Päckchen Ahornsirup
- 150g Weizenmehl ¹
- 1 Packung Schlagsahne ⁷
- 30g Pistazienkerne ¹⁵

Was du zu Hause benötigst

- 250ml Milch ⁷
- 1EL Butter ⁷
- Salz
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- kleiner Topf
- große Pfanne
- Küchenwaage
- Handrührgerät
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse

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

Kochtipp

Das Rezept ergibt etwa 4 Crêpes.

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1084kcal, Fett 42.8g, Kohlenhydrate 149.7g, Eiweiß 24.4g



1. Obst vorbereiten

Eine Rührschüssel in den Kühlschrank oder das Gefrierfach stellen. Die **Birnen** schälen, vierteln, entkernen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die **Orangenschale** abreiben, dann die **Orange** halbieren und auspressen.



4. Sahne schlagen

Die Rührschüssel aus dem Kühlschrank oder dem Gefrierfach nehmen. **100ml Sahne** und **1EL Zucker** hineingeben und mit einem Handrührgerät in ca. 1Min. steif schlagen. **Tipp:** Wer mag, gibt 1/2-1TL Vanilleextrakt, Bourbon oder Rum in die noch flüssige **Sahne**. Bis zum Servieren im Kühlschrank aufbewahren.



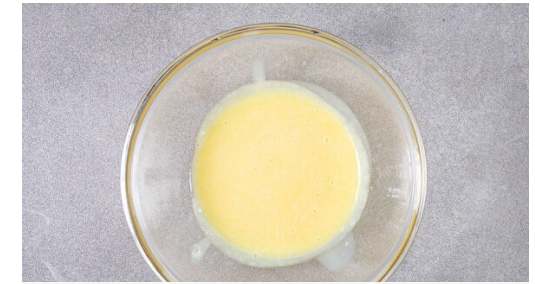
2. Kompott köcheln

Die **Birnen**, die **Orangenschale**, den **Orangensaft**, **100g Zucker**, das **Spekulatiusgewürz** und 100ml Wasser in einem kleinen Topf vermengen, bis sich der Zucker auflöst. Bei starker Hitze aufkochen und anschließend bei mittlerer Hitze 10-15Min. einköcheln lassen, bis das **Kompott** eine karamellartige Konsistenz hat. Gelegentlich umrühren.



5. Crêpes backen

In einer großen Pfanne 1/2TL Pflanzenöl oder Butter bei mittlerer Hitze erwärmen. Ca. **100ml Teig für 1 Crêpe** in die Pfanne geben, dabei die Pfanne leicht schwenken, um den **Teig** gleichmäßig rund auf dem Pfannenboden zu verteilen. Die **Crêpe** 1-2Min. ausbacken, dann wenden und weitere ca. 30Sek. backen. Den Vorgang wiederholen, bis der **Teig** aufgebraucht ist.



3. Teig anrühren

Die **Eier** mit dem **Ahornsirup** und 250ml Milch verquirlen. Dann das **Mehl** langsam und portionsweise unterrühren. **Tipp:** Am besten in 3 Portionen unterrühren und nach jedem Mal gründlich vermengen. 1/2TL Salz unterrühren und den **Teig** ca. 5Min. ruhen lassen.



6. Pistazien hacken

Die **1/2 der Pistazien oder mehr nach Geschmack** grob hacken. **Tipp:** Wer möchte, kann die **Pistazien** kurz anrösten. Das **Kompott** vom Herd nehmen, mit 1 Prise Salz verfeinern und 1EL Butter unterrühren. Die **Crêpes** auf Teller verteilen, nach Belieben aufrollen oder falten, mit dem **Kompott** und der **Schlagsahne** anrichten und mit den **Pistazien** garniert servieren.