



## Palatschinken mit Orangen und Pflaumen

verfeinert mit Joghurt und Puderzucker



30-40min



2 Personen

Heute gibt es süße Palatschinken für alle Naschkatzen unter euch: Die leckeren Eierkuchen füllen wir mit cremigem Joghurt, der mit Orangenabrieb verfeinert wird, und servieren dazu Obstsalat mit Pflaume und Orange. Das schmeckt einfach himmlisch gut!

## Was du von uns bekommst

- 2 unbehandelte Orangen
- 3 Pflaumen
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 1 Becher Joghurt<sup>7</sup>
- 2 Bio-Eier<sup>3</sup>
- 500ml H-Vollmilch<sup>7</sup>
- 150g Weizenmehl<sup>1</sup>
- 10g Puderzucker

## Was du zu Hause benötigst

- 3EL Zucker
- Salz
- Butter oder Pflanzenöl

## Küchenutensilien

- mittelgroße Pfanne
- Schneebesen
- Küchenreibe
- Sieb

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

### Kochtipp

Für eine schnellere Zubereitung ggf. eine zweite Pfanne verwenden.

### Allergene

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

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 727kcal, Fett 17.1g, Kohlenhydrate 121.5g, Eiweiß 23.9g



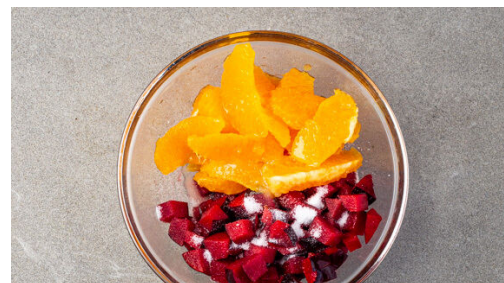
### 1. Obst vorbereiten

Ca. **1TL Orangenschale** abreiben, dann die **Orangenschale** von **beiden Orangen** bis zum **Fruchtfleisch** rundum abschneiden. Das **Fruchtfleisch** entweder zwischen den Häutchen in Spalten herausschneiden oder das ganze **Fruchtfleisch** achteln. Die **Pflaumen** halbieren, entsteinen und in ca. 1cm kleine Würfel schneiden.



### 4. Teig zubereiten

**1 Ei** mit der **Milch**, 1EL Zucker und 1 Prise Salz verquirlen, dann nach und nach das **Mehl** hineinsieben und glatt rühren. Es sollten keine Klümpchen vorhanden sein. Das **zweite Ei** wird für dieses Rezept nicht benötigt.



### 2. Obst süßen

Das **Obst** mit dem **Vanillezucker** und 1EL Zucker vermengen und bis zum Servieren in den Kühlschrank stellen.



### 5. Palatschinken backen

In einer mittelgroßen Pfanne 1EL Butter oder Pflanzenöl bei mittlerer Hitze erwärmen. Aus dem **Teig** nacheinander **4-6 Palatschinken** ausbacken. Jeden **Palatschinken** ca. 2Min. auf einer Seite garen, dann wenden und 1-2Min. fertig backen. Ggf. zwischendurch einige Tropfen Öl nachgießen oder etwas mehr Butter verwenden. Die **Palatschinken** aus der Pfanne nehmen und übereinander stapeln.



### 3. Joghurt verfeinern

Den **Joghurt** mit der abgeriebenen **Orangenschale** und 1EL Zucker cremig rühren. Bis zum Servieren im Kühlschrank aufbewahren.



### 6. Anrichten und servieren

Die **Palatschinken** gleichmäßig und dünn mit dem **Joghurt** bestreichen, dann zu Vierteln falten oder aufrollen und mit dem **Obst** anrichten. Mit etwas **Puderzucker** bestäuben und mit dem **restlichen Joghurt** servieren.