



Koreanische Kimchi-Pancakes

mit Karotten-Gurken-Salat



30-40min



3-4 Personen

Pancakes gehen nur zum Frühstück oder als Dessert? Na, das wollen wir doch mal sehen! Die heutige Variante ist nämlich nicht nur herrlich herzhaft und super sättigend, sondern auch noch köstlich, kreativ und koreanisch inspiriert. Im fluffigen Teig verstecken sich würziges Kimchi, Frühlingszwiebeln und Ingwer. Kurz vorm Servieren kommen die dicken Dinger dann noch in den Ofen und werden mit Käse überbacken. Li-La-Lecker!

Was du von uns bekommst

- 300g Weizenmehl ²
- 2 Pck. Kimchi
- 2 Stücke Ingwer
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- 50ml Tamari-Sojasauce ⁵
- 2 Pck. geröstetes Sesamöl ⁴
- 2 Karotten
- 1 große Gurke
- 2 unbehandelte Limetten
- 200g junger Gouda, gerieben ³

Was du zu Hause benötigst

- 2 Eier ¹
- Salz
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- Küchenwaage
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

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

Allergene

Eier (1), Gluten (2), Milch (3), Sesamsamen (4), Sojabohnen (5). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 777kcal, Fett 39.2g, Kohlenhydrate 76.3g, Eiweiß 28.0g



1. Teig vorbereiten

Den Backofen auf 250°C (230°C Umluft) vorheizen. **200g Mehl** mit 300ml Wasser, 2 Eiern, 2EL Pflanzenöl, ½TL Salz und 1TL Zucker zu einem glatten **Teig** verrühren. Das **Kimchi** in einem Sieb abtropfen lassen, dabei die Flüssigkeit so gut wie möglich auspressen, dann das **Kimchi** grob zerkleinern. Den **Ingwer** und den **Knoblauch** schälen und fein reiben.



4. Pancakes ausbacken

In einer oder ggf. 2 großen Pfannen 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze erwärmen. **2-3EL Teig** portionsweise für **jeden Pancake** in die Pfanne geben und die **Pancakes** 2-3Min. garen. Dann wenden und weitere ca. 2Min. backen, bis die **Pancakes** gar und goldbraun sind, ggf. die Hitze etwas reduzieren. Insgesamt **16 Pancakes** ausbacken und auf etwas Küchenkrepp abtropfen lassen.



2. Sauce anrühren

Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden, dabei **2EL Lauchzwiebelgrün** für die Garnitur beiseitelegen. Die **restlichen Lauchzwiebeln**, das **Kimchi**, die **½ des Ingwers** und die **½ des Knoblauchs** unter den **Teig** mengen. Die **Sojasauce** mit dem **Sesamöl**, dem **restlichen Ingwer**, dem **restlichen Knoblauch**, 1EL hellem Essig und 1TL Zucker zu einer **Sauce** verrühren.



5. Pancakes überbacken

8 Pancakes auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen, gleichmäßig mit dem **Käse** bestreuen und mit den **übrigen Pancakes** sandwichartig bedecken. Die **Pancakes** im Ofen 2-3Min. backen, bis der **Käse** geschmolzen ist, dabei einmal wenden, falls sie zu dunkel werden. Ggf. zwei Backbleche verwenden.



3. Salat zubereiten

Die **Karotten** ggf. schälen, dann mit der **Gurke** längs halbieren und schräg in dünne Scheiben schneiden. Die **Limetten** halbieren und auspressen. Den **Limettensaft** mit 2EL Pflanzenöl, 1EL hellem Essig, 3TL Zucker und ½TL Salz verrühren. Das **Dressing** mit den **Gurken** und den **Karotten** zu einem **Salat** vermengen.



6. Anrichten und servieren

Die **Pancakes** auf Teller verteilen, mit dem **Lauchzwiebelgrün** garnieren und mit der **Sauce** sowie dem **Gurkensalat** servieren.