



Crêpes mit Birnenkompott

serviert mit Crème fraîche und Pistazien



20-30min



4 Portionen

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 Zimt und von der feinen Crème fraîche. 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

- 3 Birnen
- 1 unbehandelte Orange
- 200g Zucker
- 2 Pck. gemahlener Zimt
- 2 Bio-Eier ¹
- 300g Weizenmehl ²
- 1 Becher Crème fraîche ³
- 20g Pistazienkerne ⁴

Was du zu Hause benötigst

- 500ml Milch ³
- 2EL Butter ³
- Salz
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

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

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

Kochtipp

Das Rezept ergibt etwa 8 Crêpes.

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 845kcal, Fett 30.1g, Kohlenhydrate 124.4g, Eiweiß 18.5g



1. Obst vorbereiten

Die **Birnen** schälen, vierteln, entkernen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die **Orangenschale** abreiben, dann die **Orange** halbieren und auspressen.



2. Kompott köcheln

Die **Birnen**, die **Orangenschale**, den **Orangensaft**, **150g Zucker**, den **Zimt** und 150ml 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.



3. Teig anrühren

Die **Eier** mit 500ml Milch und **3EL Zucker** verquirlen. Dann das **Mehl** langsam und portionsweise unterrühren. **Tipp:** Am besten in 3 Portionen unterrühren und nach jedem Mal gründlich vermengen. 1TL Salz unterrühren und den **Teig** ca. 5Min. ruhen lassen.



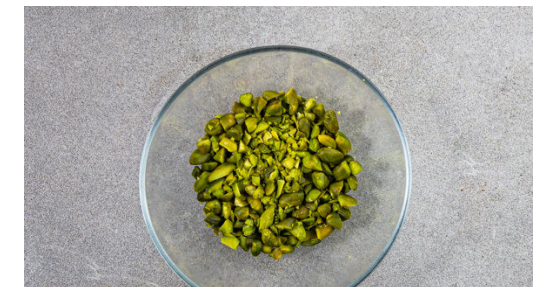
4. Crème fraîche verfeinern

Die **Crème fraîche** mit dem **restlichen Zucker** verrühren. **Tipp:** Wer mag, gibt noch 1TL Vanilleextrakt, Bourbon oder Rum dazu. Bis zum Servieren im Kühlschrank aufbewahren.



5. Crêpes backen

In einer großen Pfanne ½TL Pflanzenöl oder Butter bei mittlerer Hitze erwärmen. Die Pfanne vom Herd nehmen und ca. **100ml Teig für 1 Crêpe** hineingeben, 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.



6. Pistazien hacken

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