



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 Joghurt⁷
- 2 Bio-Eier³
- 250ml Milch⁷
- 150g Weizenmehl¹
- 1 Päckchen 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 680kcal, Fett 15.1g, Kohlenhydrate 114.0g, Eiweiß 23.8g



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.