Crêpes

Herrliche Crêpes! Hier das Grundrezept, ideal für süße und pikante Füllungen!
Für dieses Rezept gibt es eine Videoanleitung: https://youtu.be/07vgPF-4l1Q

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, fruktosearm, milchfrei siehe Tipp am Rezeptende

Für etwa 6 Stück

100g helle glutenfreie Mehlmischung auf Maisbasis ODER
150g helle glutenfreie Mehlmischung auf Reisbasis. HIER gibt`s Infos zu Mehlmischungen.
300ml Milch (ggf. laktosefrei)
1 Prise Salz
2 Eier (Gr. L)
Fett oder Öl zum Ausbacken

1. Mehl, Salz und Eier in eine Rührschüssel geben. Nach und nach die Milch zugeben und dabei mit einem Schneebesen oder Handrührgerät einen glatten Teig herstellen. Den Teig 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen, so quillt das glutenfreie Mehl nach.
2. Anschließend den Teig portionsweise in eine leicht gefettete Pfanne geben und Crêpes jeweils von beiden Seiten goldbraun ausbacken.

Variation: Je nach Geschmack können die Crêpes mit Konfitüre, Schokocreme, Zucker-Zimt, Schinken, Käse, usw. belegt und aufgerollt werden. Klein geschnittene Crêpes dienen prima als

Suppeneinlage für Pfannkuchensuppe.

Tipp: Für süße Crêpes einfach 1 Päckchen Vanillezucker in den Teig rühren.

Milchfrei – Tipp: Milchersatz auf Soja-, Hirse- oder Mandelbasis anstatt Milch verwenden.