

Deftiger Pfannkuchenauflauf

Eine würzige Hackfleischmischung umhüllt von zarten Pfannkuchen und überbacken mit einer Eier-Sahne-Schmand Creme! Das pikante Hauptgericht schmeckt lecker mit Blattsalat und Kräuterquark!



glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei

Für 4 Personen

1 Rezept [Pfannkuchenteig](#), jedoch mit 300ml Milch anstatt mit 250ml Milch zubereiten

Für die Füllung:

1 Zwiebel

400g Hackfleisch

1,5 EL gemischte Kräuter (z.B. Schnittlauch, Petersilie, Thymian, Dill, Basilikum)

Salz

Pfeffer

Cayennepfeffer

200g Schmand (ggf. laktosefrei)

1 EL Fett oder Öl zum Braten

Zum Überbacken:

200g Schmand (ggf. laktosefrei)

100ml Sahne (ggf. laktosefrei)

3 Eier

50g geriebener Emmentaler

1 EL gemischte Kräuter (z.B. Schnittlauch, Petersilie, Thymian, Dill, Basilikum)

Salz

Pfeffer

1. Den Pfannkuchenteig nach Anleitung herstellen und 8 Pfannkuchen ausbacken. Beiseite stellen.
2. Die Zwiebel fein schneiden und in heißem Fett oder Öl anbraten, Hackfleisch zugeben und bröselig anbraten. Mit Kräutern, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen. Komplette auskühlen lassen und anschließend 200g Schmand unter das Hackfleisch rühren.
3. Die Pfannkuchen mit der Hackfleischmasse befüllen und zusammenrollen. Hierzu etwa 2 Esslöffel der Hackfleischmasse auf jeweils die untere Pfannkuchenhälfte geben, die linke und rechte Pfannkuchenseite nach innen legen und dann die Pfannkuchen aufrollen. So ist die Hackfleischmischung gut im Pfannkuchen verschlossen. Die gefüllten Pfannkuchen in eine gefettete Auflaufform einlegen.
4. Zum Überbacken alle Zutaten verrühren und über die gefüllten Pfannkuchen gießen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Ober- und Unterhitze, auf mittlerer Schiene) etwa 25 – 30 Minuten überbacken.

Beilage: Blattsalat und Kräuterquark

