



Herzhafter Crêpe mit Bacon, Champignons & Parmesan



Zutaten

Für den Teig:

1 Prise	Salz
400 ml	Milch
250 g	Mehl
3	Eier
	Öl
1 Schuss	Mineralwasser
1 Prise	Zucker

Für die Füllung:

1 Handvoll	Zwiebel-Brotchips
	Salz
1 Pck.	Bacon
1 Pck.	Kirschtomaten
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
1 Pck.	Champignons
100 g	Parmesan
1 Pck.	frische Himbeeren
1 Handvoll	frisches Basilikum

Rezeptinfo

Zutaten für 10 Portionen

Zubereitungszeit: 30 Min.

pro Portion: 1096 kJ, 262 kcal, 25,9 g Kohlenhydrate, 14,6 g Eiweiß, 11,8 g Fett, 96 mg Cholesterin, 2,1 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten:

Zubereitung

Viele mögen ihre Crêpes lieber süß, aber wusstest du, dass herzhaftes Crêpes mindestens genauso lecker schmecken? Unseren herzhaften Crêpe toppen wir mit geriebenem Parmesan, Pilzen, Tomaten, knusprig gebratenem Bacon, Basilikum und Beeren. Für den perfekten Crunch kommen noch ein paar Brotchips dazu und schon ist der herzhaftes Crêpe fertig. So easy geht's:

Step 1:

Zuerst kannst du den Crêpe-Teig vorbereiten. Dazu Eier, Mehl und Milch mit einem Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren. Etwas Salz und Zucker hinzugeben, nochmal vermengen und den Teig für ca. 20 Minuten ziehen lassen. Danach das Mineralwasser unterrühren.

Step 2:

In der Zwischenzeit kannst du die Champignons und die Tomaten in Scheiben schneiden. Den Bacon in einer Pfanne ohne Fett knusprig braten und anschließend grob zerschneiden. In der gleichen Pfanne kannst du die Pilze anbraten. Die Pilze mit Salz und Pfeffer würzen. Den Parmesan reiben und das Basilikum hacken.

Step 3:

Dann können die Crêpe zubereitet werden. Dazu kannst du etwas Öl in eine große Pfanne geben und ein bisschen Teig in die Pfanne geben. Den Crêpe-Teig gut in der Pfanne schwenken und verteilen. Den Crêpe kurz von einer Seite backen und anschließend wenden. Eine Hälfte des Crêpe mit etwas Parmesan, Tomaten, Basilikum, Pilzen, Bacon und ein paar Himbeeren belegen. Außerdem kannst du ein bisschen von den Brotchips über den Crêpe krümeln.

Step 4:

Jetzt den Crêpe zuklappen, auf einen Teller legen und dekorieren. Dazu kannst du einfach noch etwas Bacon, Parmesan und Basilikum auf den Crêpe geben.