

Pizza Pfannkuchen

Zubereitet mit: Knorr

ca. 35 min | einfach

Zutaten

für 4 Portionen

- 150 g Weizenvollkornmehl
- 150 g Weizen Mehl Type 550
- 1 TL Backpulver
- 300 ml Milch 1,5% Fett
- 4 Eier
- 250 g Champignons
- 1 Knoblauchzehe
- 200 g junger Spinat
- je 2 rote und orange Tomaten
- 3 EL Olivenöl
- 1 schwach geh. TL KNORR Bouillon Gemüse 7L Glas
- 80 g Reibekäse (16 % Fett absolut)
- 2 Stiele Basilikum
- 1 Handvoll Rucola
- 4 EL geröstete Pinienkerne

Nährwerte

Energie (Kilojoule):	2588 kJ
Energie (Kilokalorien):	618 kcal
Fett:	27 g
davon gesättigte Fettsäuren:	6,7 g
Kohlenhydrate:	59 g
davon Zucker:	8,5 g
Ballaststoffe:	8,9 g
Eiweiß:	30 g
Salz:	1,3 g

Zubereitung

1. Für den Teig Mehle und Backpulver in einer Schüssel vermischen, Milch unterrühren, Eier zugeben und alles zu einem glatten Teig verrühren.

2. Champigons putzen und in Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und hacken. Spinat verlesen,

waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Tomaten waschen und in Scheiben schneiden.

3. Champignons und Knoblauch in einer Pfanne in 1 EL Olivenöl anbraten. Knorr Gemüse Bouillon untermischen. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

4. In der Pfanne mit dem restlichen Olivenöl nacheinander 4 Pizza Pfannkuchen backen. Dabei etwas Teig in die Pfanne geben, mit Tomatenscheiben, Champignons und Spinat belegen. Etwas Käse darüberstreuen und zugedeckt 6-8 Minuten backen.

5. Basilikum und Rucola waschen und abtropfen lassen. Fertige Pizza Pfannkuchen mit Basilikumblättchen, Rucola und Pinienkernen bestreut servieren.

Tipps zu diesem Rezept

Du kannst die Pfannkuchen auch in der Heißluftfritteuse zubereiten. Reibe dafür eine ofenfeste Form (z. B. flache Auflaufform aus Glas) mit Öl ein, stelle sie in den Air Fryer und heize den Air Fryer auf 170 °C vor. Verteile den Teig portionsweise in einer dünnen Schicht gleichmäßig in der Form und backe die Pfannkuchen für 10-12 Minuten knusprig.

Zubereitungszeiten des Rezepts

Vorbereitungszeit: 15 min Kochzeit: 20 min

Nutzungsbedingungen

Copyright:

Die auf den Internetseiten der Unilever Gruppe enthaltenen Inhalte, wie insbesondere Texte, Bilder, Logos, Grafiken, Tonwerke, Animationen und Videos, sind urheberrechtlich geschützt. Die Unilever Gruppe gestattet das Sichten und Herunterladen sämtlicher Inhalte auf ihren Internetseiten ohne Einwilligung ausschließlich zu privatem, nichtkommerziellem Gebrauch. Eine etwaige Verlinkung ist nur mit Zustimmung der Unilever Gruppe erlaubt.

Inhalte und Downloads:

Die Unilever Gruppe hat bei der Erstellung der Websites größtmögliche Sorgfalt aufgewendet. Es besteht jedoch keine Gewährleistung für die Vollständigkeit, Richtigkeit und Aktualität der Daten, Informationen und Downloads. Sofern Sie also Daten, Informationen und Downloads verwenden, erfolgt dieses unter der Einschränkung, dass Unilever nur für das Fehlen garantierter Eigenschaften, der schuldhaften Verletzung von Hauptpflichten, der vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Verletzung sonstiger Pflichten sowie im Fall von schuldhaften Gesundheitsverletzungen haftet.

Markenrechte:

Die auf den Websites der Unilever Gruppe genannten Marken und Logos sind markenrechtlich geschützt. Dritten ist die Nutzung und Verwendung sämtlicher Marken und Logos untersagt. Sondernutzungsbedingungen für registrierte Kunden und Journalisten ausschließlich für die Nutzung der Inhalte der Rezept-, Medien- und Bilddatenbanken.

Die Unilever Gruppe gestattet:

Kunden die Nutzung der Datenbankinhalte zur Bewerbung der Unilever-Produkte durch den Handelspartner in Druckerzeugnissen (Zeitung, Zeitschriften, insbesondere Handelsanzeigen, Handelsprospekte, Handzettel usw.) sowie im Internet;
Journalisten die Nutzung der Datenbankinhalte für gedruckte Presseerzeugnisse (Zeitungen und Zeitschriften) sowie Presseerzeugnisse im Internet unter der Beachtung der folgenden Bestimmungen:
Die Datenbankinhalte dürfen grundsätzlich nicht verändert werden. Gestattet ist jedoch eine Vergrößerung oder Verkleinerung bzw. ausschnittsweise Verwendung.
Rezepte dürfen nicht ohne Hinweis auf die Unilever-Produkte und/oder Packshot verwendet werden. Zulässig ist es, die Produkt-Kategorie zusammen mit einer Marke der Unilever Gruppe in Klammern zu nennen. Bsp.: "Bourbon-Vanille (z.B. von Cremissimo)".
Bei der Vervielfältigung der auf den Unilever Websites bereit gestellten Inhalte (Fotos und Texte) in digitalen Medien wie z.B. Websites und Blogs muss der Verwender sicher stellen, dass die Inhalte nicht bei Suchmaschinen wie Google aufgenommen (indexiert) werden. Dies kann über technische Restriktionen wie dem Einfügen des s o genannten „noindex-Tags“ gewährleistet werden. Sofern bezüglich dieser Einschränkung Fragen bestehen, wenden Sie sich bitte über das Kontaktformular dieser Seite an uns

PR-Kontakt

Sie haben Fragen zum Rezept oder zur Marke?
Schreiben Sie uns an, gerne helfen wir Ihnen weiter.

Unilever Deutschland Holding GmbH
Kontakt aufnehmen