

Überbackene Pfannkuchen mit Brokkoli

Für 4 Personen

Für die Pfannkuchen:

330 g Vollkornmehl
4 Eier (Größe M)
600 ml Milch
½ TL Salz
Olivenöl zum Ausbacken

Für die Füllung:

700 g Brokkoli
500 ml Gemüsebrühe
2 EL Butter
2 EL Vollkornmehl
2 EL Milch
Pfeffer
100 g Mandelblättchen
100 g Emmentaler, gerieben



Gefüllte Pfannkuchen mit Champignons

Für 4 Personen

Für die Pfannkuchen:

330 g Vollkornmehl
4 Eier (Größe M)
600 ml Milch
½ TL Salz
Olivenöl zum Ausbacken

Für die Füllung:

900 g Champignons
3 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
2 EL Vollkornmehl
200 ml Milch
Salz, Pfeffer
1 EL Petersilie, gehackt



© buecherschmie.de Verlag »Ich bring' Dich zum Kochen – vegetarisch«

© buecherschmie.de Verlag »Ich bring' Dich zum Kochen – vegetarisch«

Gratinierter Feta

Für 4 Personen

4 große Zwiebeln
3 EL Öl
2 Packungen Feta (Schafskäse); à 250 g
800 g Tomaten
3 TL Majoran, gerebelt
frisches Brot als Beilage



Gefüllte Riesenchampignons

Für 4

16 Riesenchampignons
2 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
6 EL Öl
500 g TK-Spinat
Öl für die Form
2 TL Zitronensaft
200 g Feta (Schafskäse)
200 g Hüttenkäse
60 g getrocknete Tomaten in Öl
Pfeffer
frisches Brot als Beilage



© buecherschmie.de Verlag »Ich bring' Dich zum Kochen – vegetarisch«

© buecherschmie.de Verlag »Ich bring' Dich zum Kochen – vegetarisch«