



Crêpes mit Zimt

Zutaten für 2 Personen:

125 g Mehl | 1 gestr. TL Steviapulver (ca. 0,6 g) | Salz | 1 Ei (M) | 100 ml Milch | 1 EL Butter | ca. 1 EL Öl | ½ TL Zimtpulver

Mehl, Steviapulver, 1 Prise Salz, Ei, Milch und 120 ml Wasser mit dem Schneebesen glatt rühren, Butter zerlassen und unterrühren.

Eine beschichtete Pfanne mit wenig Öl einstreichen und erhitzen. ¼ Teig in die Pfanne geben und durch Schwenken gut verteilen. Hat man einen Crêpes-Verteiler, so kann man den Teig damit kreisförmig und gleichmäßig verteilen.

Den Crêpes bei schwacher bis mittlerer Hitze in etwa 3 Min. hell backen, wenden, die Pfanne mehrmals rütteln und die andere Seite genauso backen.

Bei Bedarf die Pfanne immer etwas mit Öl einstreichen. Die Crêpes mit einem Sieb den Zimt bestäuben und fertig sind sie zum servieren.

Wir wünschen guten Appetit ☺