


 Dessert



Gefüllte Birnencrepes

mit heißer Schokoladensauce

 20 min Zubereitungszeit

 10 min Kochzeit

 1.075 kcal pro Portion

••• Mittel

 Vegetarisch



Zutaten

2 Portionen

50 g Mehl

20 g gemahlene Mandeln

130 ml Milch

1 EL Zucker

1 Ei

1 Prise Salz

30 g Butter

100 ml Birnensaft

50 g Zucker

1 Zimtstange

1 Bio-Zitrone

2 Birnen

100 g Zartbitterschokolade

110 ml Sahne

10 g Puderzucker

Zubereitung

- 1 Zunächst einen Crepeteig herstellen. Das Mehl zusammen mit den gemahlenden Mandeln, der Milch, 1 EL Zucker, 1 Ei und der Prise Salz zu einem glatten Teig verrühren.
- 2 Die Butter erhitzen und die flüssige Butter in den Crepeteig unterrühren. In einer beschichteten Pfanne nacheinander vier dünne und hellbraune Crepes backen und im Backofen bei 60 °C abgedeckt warm halten.
- 3 Den Birnensaft zusammen mit dem Zucker, der Zimtstange und dem Abrieb und Saft der BIO Zitrone in einem kleinen Topf erhitzen. Die Birnen vierteln, entkernen und in Scheiben schneiden. Die Birnenscheiben nun in dem Sud weich kochen bis fast die gesamte Flüssigkeit verdampft ist. Die Zimtstange entfernen und das Birnenkompott auf die vier Crepes verteilen. Die Crepes danach einrollen.
- 4 Für die Schokoladensauce die Zartbitterschokolade zusammen mit der Sahne unter ständigem Rühren erhitzen bis sich die gesamte Schokolade aufgelöst hat.
- 5 Die Birnencrepes auf zwei Teller anrichten und mit Puderzucker bestäuben. Die Schokoladensauce in dünnen Streifen über den

10 g geröstete Mandelblätter

Crepes verteilen und mit gerösteten Mandelblättchen bestreut servieren. Die restliche heiße Schokoladensauce separat dazu servieren.

Nährwerte

	pro 100g	pro Portion
Brennwert	899kJ / 215kcal	4.495kJ / 1.075kcal
Fett	12g	58g
davon gesättigte Fettsäuren	6g	31g
Kohlenhydrate	25g	126g
davon Zucker	18g	90g
Eiweiß	3g	17g
Salz	0g	1g