



Bärlauchschmarrn

Zutaten (2 Personen)

200 g festkochende Erdäpfel

80 g Bärlauch

2 Eier

100 ml Milch

60 g Buchweizenvollkornmehl

2 TL Sauerrahm

Salz und Pfeffer

Rapsöl zum Herausbacken



Zubereitung

Die Erdäpfel am Vortag weich kochen, schälen und bis zur Verwendung im Kühlschrank lagern.

Am nächsten Tag Erdäpfel grob raspeln, den Bärlauch in feine Streifen schneiden.

Die Eier trennen, Eidotter mit Milch, Mehl, Erdäpfelraspeln und Sauerrahm verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Derweilen Eiklar zu Schnee schlagen und unter die Masse heben. Zum Schluss den Bärlauch unterheben.

In einer Pfanne Öl erhitzen und den Teig hineingießen. Bei mittlerer Hitze braten, bis der Schmarrn an der Unterseite goldbraun ist. Den Schmarrn wenden und in mundgerechte Stücke reißen. Noch einige Minuten fertigbacken.

Am besten mit Joghurtdip und grünem Salat genießen!