



# Torbens

# Blechpfannkuchen

„Wenn ich meine Kinder frage, was sie sich zu essen wünschen, ertönt es voller Vorfreude ‚Blechpfannkucheeeeeeeeen‘. Da freuen sich nicht nur die Kids, sondern auch meine Frau, weil das Rezept ganz einfach ist, schnell geht und allen richtig gut schmeckt“, erzählt Torben Boom, Abteilungsleiter IT & Digitalisierung bei den Stadtwerken Langen.



## Zutaten

### Für den Pfannkuchenteig

3	Eier
400 ml	Milch
½ TL	Zucker
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Salz
400 g	Mehl
120 ml	Mineralwasser

### Für den Belag

400 g	Rinderhackfleisch
200 ml	Geflügelbrühe
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
3 EL	Tomatenmark
400 g	stückige Tomaten
4 EL	Italienische Kräuter Gewürz
	Salz

### Außerdem

250 g	geriebener Gouda
-------	------------------

### Backtemperatur

180 Grad für etwa 25 Minuten  
(Umluft)

## Anleitung

### Zubereitung Belag

1. Zwiebeln und Knoblauch andünsten, Hackfleisch hinzugeben und anbraten. 2. Nachdem das Hackfleisch krümelig gebraten ist, Tomatenmark hinzugeben und 2-3 Minuten mit anbraten. 3. Alles mit Geflügelbrühe ablöschen und Feuchtigkeit etwas verkochen lassen. 4. Nun die stückigen Tomaten hinzugeben und ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen. 5. Danach den Belag mit Salz, Pfeffer und Italienischen Kräutern würzen.

### Zubereitung Pfannkuchen

1. Etwas Wasser auf ein Backblech geben und das Backblech mit Backpapier belegen. Backblech im Backofen bei 180 °C Umluft aufheizen. 2. Währenddessen den Pfannkuchenteig mit den Zutaten anrühren. 3. Wenn das Backblech schön heiß ist, den Pfannkuchenteig aufs Backblech geben und 5 Minuten backen. Das Backblech aus dem Backofen nehmen (der Teig sollte jetzt angebacken und tragfähig sein) und den Belag auf dem Pfannkuchenteig verteilen. Alles mit geriebenem Gouda bestreuen und ca. 25 Minuten im Ofen garen lassen.

Lasst es euch schmecken!



Dieses Rezept finden

Sie auch online:

[zusammen.de/rezepte](https://zusammen.de/rezepte)