

# Pancake mit Buttermilch in der Tefal Snack Collection



Foto Petra Böttcher

Die fluffigsten Pancakes, die ich kenne

(als Hauptgericht für 2-3 Personen)

Rezept:

400 ml Buttermilch

und

2 Eier

gut verrühren (Anmerkung Gisela: ich habe den K-Haken genommen).

250 g Mehl

1 Päckchen Backpulver

50 g Zucker

1 Päckchen Vanillezucker

1 Prise Salz

mischen und in die Buttermilch-Ei-Masse rühren (ebenfalls mit K-Haken).

Zum Schluss noch 3 Teelöffel neutrales Öl einrühren.

Ab in den vorgeheizten Pancakemaker mit Pancakeplatte und warten, bis das grüne Licht angeht ... fertig!

Mit Zimt und Zucker, Apfelmus oder bei den Temperaturen mit Eis genießen ☐



---

## Pancakes - Variationen auch Vegan



Rezept und Foto von Hülya Braun

### 1. Rezept Mini-Pan-Cakes von Hülya Braun

#### Zutaten für zwei bis drei Personen:

3 Eier

3-4 Esslöffel Zucker

100 ml Milch

200 Gramm Naturjogurt

150 Gramm Mehl

1 gehäuften Teelöffel Backpulver

#### Zubereitung:

Eier mit Zucker in die Rührschüssel geben und bei Stufe 4 rühren (Ballonschneebeisen). Milch und Jogurt dazugeben, weiter rühren zum Schluss Mehl mit Backpulver vermischen und dazu geben 3-4 Minuten, Stufe 5.

Ich fülle die Masse (flüssig) in meine Sahne Pistole und portioniere so kleine Fladen.

Halte immer kurz mit dem Finger zu damit nicht zuviel rausläuft .

Dazu gibts Puderzucker oder Erdbeermarmelade oder Honig



Fotos von Hülya Braun, Rezept Nr. 1

## 2. Rezept Vegane Pan-Cakes von Manuela Huber



Foto von Manuela Huber/Rezept Nr. 2

### **Zutaten** für vier Stück:

200gr Buchweizen

100gr Dinkelmehl

Zwei sehr reife Bananen

bei Bedarf etwas Pflanzenmilch

Agavendicksaft

### **Zubereitung:**

Buchweizen mahlen (Getreidemühle).

Alles im Kessel mit dem K Haken vermischen.

In der Pfanne backen, gewünschte Früchte dazu....Bringt Power für den ganzen Vormittag

## 3. Rezept Amerikanische Pancakes

**Zutaten:**

1 1/2 cups Mehl  
3 1/2 tsps Backpulver  
1/2 tsp Salz  
1/4 cup Zucker  
1 1/4 cups Milch  
1 Ei  
3 tbsp geschmolzene Butter

**Zubereitung:**

Zuerst die trockenen Zutaten in der Kenwood mit dem Ballonschneebeisen kurz vermengen und die flüssigen Zutaten separat in einem Rührbecher/ einer Schüssel vermischen. Nun die Milch-Mischung nach und nach unter die Mehl Mischung rühren und ordentlich aufschlagen.

Dann immer 1/4 cup des Teiges in einer Pfanne rausbraten. Ich nehme hierzu Kokosfett. Gibt dem ganzen noch so das gewisse Etwas:)

**Zum Servieren:**

Die Pancakes stapeln und dazwischen immer ein bisschen Butter. Obendrüber dann etwas (oder auch viel – ja nach Geschmack 😊 ) Ahornsirup.

Lasst es euch schmecken 🍷

---

## Pfirsich-Rosmarintarte



Rezept zur Verfügung gestellt von Marlene Rettensteiner

### **Zutaten:**

#### *Mürbteig:*

300g Mehl  
200g Butter kalt  
100g Staubzucker  
1 Ei  
Zitronenschale  
Prise Salz

#### *Guss:*

2 Becher Creme fraiche  
1 Ei

Vanille

*Belag:*

Pfirsiche

Rosmarin

Pfirsichmarmelade

**Zubereitung:**

Aus den Zutaten einen Teig kneten (K-Haken), für 30 Min. in Klarsichtfolie kühlstellen. Dann ausrollen und in eine Tarteform geben, mit einer Gabel einstechen. Den Mürbteig 10 min vorbacken (170 Grad/Backpapier auf den Teig und mit Linsen o.ä. beschweren).

Den Guss zusammen rühren (z.B. Flexielement oder von Hand) und in die Form geben. Darüber Pfirsiche in Spalten darauf legen, mit Marmelade bestreichen und Rosmarin drüber streuen.

Bei 170°C 35 min backen.



# Pflaumenmus Zwetschgenmus Powidl Quetschemus Latwerge Latwersch



## **Zutaten (Mengen können auch verdoppelt werden):**

1 kg reife Pflaumen oder Zwetschgen

0 – 200 g Zucker/alternativ Birkenzucker (meistens nehme ich lediglich einen Löffel bzw. 50 gr.)

Vanilleschote

1 Msp Zimt, Nelken etc.

großzügiger Schluck Rum o.ä.

nach Belieben Zitronensaft

## **Zubereitung:**

### **Variante 1 mit Zucker oder Birkenzucker:**

Die gewaschenen Pflaumen oder Zwetschgen halbiert und entsteint in Kessel geben.

*Pflaumen bzw. Zwetschgen in die Rührschüssel geben mit dem Zucker bedecken und kurz verrühren.*

*Ich verwende auf 1 kg Pflaumen nur 50 gr. Zucker/Birkenzucker. Allerdings ist das Mus dann nicht so lange haltbar – Wer auf Vorrat einkochen möchte, muss mehr Zucker verwenden.*

*Pflaumen/Zuckergemisch mind. eine halbe Stunde zugedeckt*

*stehen lassen, es zieht dann Wasser (ist kein Zeitdruck, wenn es einen Tag stehen bleibt, ist es auch in Ordnung).*

Gewürze, Rum, Vanilleschote zufügen, Kochrührelement oder Flexielement (siehe Tipp), Temp. 95 Grad, Timer nach Belieben zwischen 3-8 Stunden einstellen, 4-5 Stunden finde ich ideal. Spritzschutz aufsetzen. Intervallstufe so wählen, dass so selten wie möglich gerührt wird. Fertig

**Variante 2 ohne Zucker (Achtung: im Kühlschrank aufbewahren und binnen der nächsten Wochen verzehren):**

Die gewaschenen Pflaumen oder Zwetschgen halbiert und entsteint in Kessel geben.

Einen Schluck Wasser zugeben.

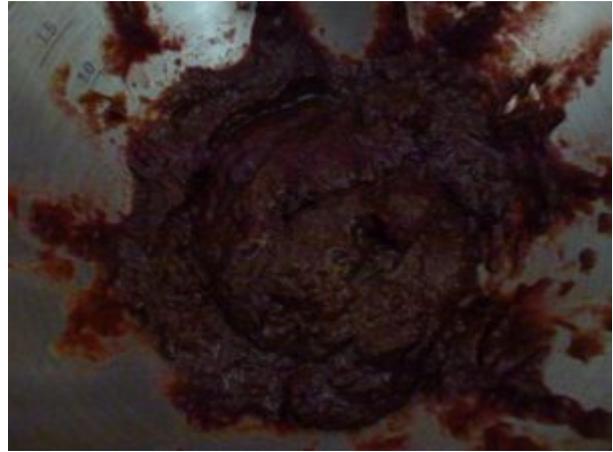
Gewürze, Rum, Vanilleschote zufügen, Kochrührelement oder Flexielement (siehe Tipp), Temp. 95 Grad, Timer nach Belieben zwischen 3-8 Stunden einstellen, 4-5 Stunden finde ich ideal. Spritzschutz aufsetzen. Intervallstufe so wählen, dass so selten wie möglich gerührt wird. Fertig

*Tipp: Mit dem Kochrührelement werden die Pflaumen nicht zerkleinert. Man kann alternativ auch das Flexielement nehmen. Flexi püriert auch nebenher. Allerdings wird beim Flexielement auch mehr Feuchtigkeit entzogen, d.h. bei Flexielement bitte immer wieder mal nachsehen, ob noch genügend Flüssigkeit vorhanden ist und ggf. etwas Wasser zugeben. Die Konsistenz vom Pflaumen/Zwetschgenmus kann man über die Dauer des Rührens und auch der Zugabe von einem Schluck Wasser steuern.*

*Später in ein Glas abfüllen und im Kühlschrank aufbewahren. Wenn mehr Zucker verwendet wurde, ist es länger haltbar. Dann lohnt es sich das Pflaumenmus in heiß abgespülte Gläser abzufüllen. Bei der zuckerarmen Variante spare ich mir das.*

*Tipp: Pflaumenmus schmeckt nicht nur als Brotbelag oder im Milchreis. Ich gönne mir im Herbst/Winter immer einen Löffel im selbstgemachtem Müsli.*

Tipp Barbie Steber: Vor dem ins Glas füllen noch etwas geriebene Blockschokolade untermischen, gibt extra Glückshormone für den Tag...



---

## Porridge mit Flockeraufsatz



Foto und Rezept von Gisela Martin – Porridge

### **Zutaten:**

1 paar Löffel Nackthafer (alternativ Weizenkörner, Dinkelkörner, Emmerurkorn oder andere Körner).

1 Löffel Mandelmus

Obst nach Belieben

### **Zubereitung:**

Hafer durch Flockeraufsatz zur Kenwood direkt in ein Minitöpfchen jagen (dauert nur wenige Sekunden)

Etwas Wasser dazugeben, aufkochen und wenige Minuten auf niedriger Stufe ziehen lassen

Zusammen mit Mandelmus und etwas Obst vermischen.

Bei diesem Frühstück gibts vor der Mittagspause garantiert keinen Hunger! Guten Appetit!

*Tipp: Sehr gerne gebe ich auch etwas Hirse dazu, siehe unten eine Variante mit Emmerurkorn/Hirse/getrockneten Blaubeeren und Pfirsich*



---

**[Präsidentenbaguette Plötzblog](#)**



Das Rezept stammt von hier:  
<https://www.ploetzblog.de/2013/02/16/leserwunsch-frankreichs-bestes-baguette-1995-und-2006/>

Da dieser Blog auch mein persönliches Koch- und Backbuch ist, schreibe ich es auch hier auf, da das nächste Frühstück bestimmt kommt und ich es so automatisch über die Rubrik "Frühstück" angezeigt bekomme.

Tipp: In der Praxis mache ich von diesem Rezept immer die doppelte Menge. Das klappt in der CC wunderbar. Ich verteile den Teig dann zum Gehen lassen auf zwei Schüsseln und backe dann meistens einen Tag drei Baguettes und einen Tag später die nächsten drei. Wenn der Teig einen Tag länger steht, das macht ihm überhaupt nichts aus. Im Gegenteil ☐

### **Zutaten:**

- 290 g Weizenmehl 550 (ich hatte Farina Manitoba)
- 70 g Weizenmehl 1050 (ich hatte kein 1050er Weizenmehl zuhause und habe beim ersten Versuch 1050er Dinkelmehl genommen, das funktionierte genauso)
- 240 g Wasser
- 2 g Frischhefe
- 7 g Salz
- 2 g Backmalz (enzymaktiv) oder Zucker (hier hatte ich Zucker)

## **Zubereitung:**

Alle Zutaten von Hand vermengen. Ich habe stattdessen alle Zutaten in den Kessel gegeben und ca. 40 Sekunden mit dem K-Haken vermischt.

60 Minuten Teigruhe bei 24°C, dabei alle 20 Minuten falten.

48 Stunden Gare bei 4-6°C im Kühlschrank (lt. Gruppe gehen auch 72 Stunden).

3 Teiglinge abstechen und zu Zylindern aufrollen, Anleitung z.B. im Video unten.

15 Minuten in bemehltem Bäckerleinen ruhen lassen.

Die Baguettes formen (Anleitung z .B. im Video unten) und 30 Minuten bei ca. 24°C in Bäckerleinen gehen lassen. Einschneiden, siehe auch im Video.

Jetzt den Ofen vorheizen, ich verwende einen Backstahl.

Bei 250°C fallend auf 230°C mit Dampf 25 Minuten backen.

Hinweis:

Da ich regelmäßig vergesse wie das mit dem Aufrollen zu Zylindern geht und auch dem Formen und Einschneiden, schaue ich jeweils in dieses Video, da ist es perfekt erklärt:

[Video: Baguettes formen](#)