

## Crêpes



*vegetarisch*

*kleinkindtauglich*

### **Crêpe selber machen ist gar nicht schwer. Ich zeige dir, wie sie dir nach original französischem Rezept wie auf dem Weihnachtsmarkt gelingen**

Seit ein paar Tagen sind wir stolze Besitzer eines eigenen Crepe-Eisens und davon so begeistert, dass ich gleich unser Rezept mit euch teilen muss.

Üblicherweise gehören wir zu den Naschkatzen, die sich in jede noch so lange Reihe am Weihnachtsmarkt, im Urlaub oder auf dem Rummel einreihen, um einen der meilenweit duftenden Crêpes zu ergattern.

Und da wir gerade an unserem [Weihnachtsmarkt-Projekt](#) arbeiten, für das wir euch die beliebtesten Rezepte zum Nachmachen zu Hause zusammenstellen, durften die Crêpes jetzt natürlich nicht fehlen.

### **Wo finde ich einen Crêpe-Maker?**

Ich habe [unseren Crêpe-Maker\\*](#) im Internet bestellt und mich an den Kundenbewertungen orientiert. Ich glaube es gibt viele gute Anbieter für Crêpe-Maker und man kann beim Kauf nicht so viel falsch machen. Besonders in der Weihnachtszeit gibt es auch immer wieder mal gute Angebote im Handel und Discounter.

### **Hilfe, meine -Teig reißt**

Ich glaube das häufigste Problem ist, dass der Teig am Crêpe-Eisen kleben bleibt und dann beim Wenden zerreißt. Das kannst du ganz einfach umgehen, indem du dem Teig ohne Zucker zubereitest! Ohne Zucker kleben die Crêpes weniger und lassen sich problemlos drehen und zusammenklappen.

Das ist außerdem ganz praktisch, da du deine Crêpes dann nach Belieben süß und auch herzhaft füllen kannst.

## Ideen zum Füllen der Crêpe

### Süße Crêpes

- Zucker und Zimt
- Schokocreme
- Marmelade
- Apfelkompott
- Obstmarkt
- Pflaumenmus
- Schlagsahne
- Für Erwachsene: Eierlikör

### Herzhafte Crêpes

- geriebener Käse
- Schinkenwürfel und Käse
- ein Klecks Creme Fraiche, Paprikawürfel und Käse
- etwas Kräuter- oder Knoblauchfrischkäse
- salzige Butter

Beim **Rezept für den Teig** haben wir uns ganz einfach an der Empfehlung aus der Packungsanleitung orientiert. Es ist **ohne Butter** und gar nicht so ungesund.

## Welches Mehl eignet sich für selbstgemachte Crêpe?

Ganz klassisch werden Crêpe mit **Weizenmehl** zubereitet. Du kannst aber auch Dinkelmehl nehmen. Auch **Vollkornmehl** eignet sich für Crêpe, dann solltest du aber die Flüssigkeitsmenge erhöhen.

Grundsätzlich kannst du dir merken, dass die Crêpes umso dünner werden, desto mehr Flüssigkeit du hin zu gibst.

## Zutaten für 12 Stück:

- 500 ml Milch
- 250 g Weizenmehl
- 3 Eier
- 1 Prise Salz

**Arbeitszeit:**

ca. 5 Minuten

**Kochzeit/Backzeit:** ca. 25 Minuten

**Gesamtzeit aktiv:** ca. 30 Minuten

## So machst du die Crêpes selber

1. Bereite zuerst den Crêpe-Teig zu, indem du das Mehl mit der Milch, den Eiern und einer Prise Salz schaumig rührst.
2. Schalte dann deinen Crêpe-Maker ein. Je nachdem, ob er antihaft beschichtet ist oder nicht, fettest du die Platte mit etwas Butter ein.
3. Wenn der Crêpe-Maker heiß ist, gibst du eine Kelle Teig darauf. Verteile sie kreisförmig mit dem Crêpe-Schaber aus Holz. Der Teig muss nicht bis ganz an den Rand reichen. Lasse ihn etwa 2 Minuten von der Unterseite backen und wende ihn dann.
4. Verteile deine gewünschte Füllung auf dem Crêpe und klappe ihn zusammen. Dazu klappst du erst die Außenseiten ein und dann die Ober- und Unterseite.

## Unsere Empfehlung für Dich:

### MAMA, WAS GIBT'S ZU ESSEN?

- ♥ Abwechslungsreiche Wochenpläne für einen ganzen Monat
- ♥ 40 einfache Familienrezepte
- ♥ ideale Familienkost für kleine und große Kinder
- ♥ moderne Hausmannskost
- ♥ viele vegetarische Ideen, aber auch Rezepte mit Fleisch, Fisch und zum Backen
- ♥ schnell und einfach zubereitet



» ZUM SHOP

erhältlich unter

<https://www.familienkost.de/shop>

## Kann man Crêpes auch in der Pfanne machen?

Ja klar, du kannst Crêpes auch genauso gut in der Pfanne machen.

Wir entscheiden uns dann aber meistens für unsere klassischen [Eierkuchen](#) oder die Buttermilchplinsen aus meinem [Familienkochbuch](#).