# Herzhafte Crêpes

| Vorbereiten | Zubereiten | Niveau |
| --- | --- | --- |
| **5** | **15** | **Einfach** |
| Minuten | Minuten | ★ ☆ ☆ |

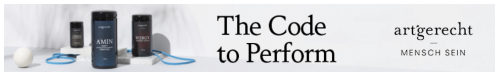
## Zutaten

## Zutaten für den Teig

- 3 Eier
- 375 ml Milch
- 185 g Mehl
- 1 EL Rapsöl
- 1 Prise Salz

## Unsere Lieblingsfüllung

- Frischkäse
- Eichblattsalat
- Cocktailtomaten
- Frühlingszwiebeln
- Parmesankäse
- Mais
- Petersilie
- Peperoni
- Gewürzmischung Picante



Werbung: Nutze den **Gutschein-Code TIME2TRI** bei deiner Erstbestellung auf https://artgerecht.com und erhalte **10% Rabatt**.

## Zubereitung

## Zubereitung des Teigs

Das Crêpes-Eisen oder die Pfanne aufheizen, wenig Butter darin schmelzen und mit einem Schöpflöffel Teig in die Pfanne geben.

Den Teig durch Schwenken der Pfanne oder mit einem "Teigverteiler" dünn in der Pfanne verteilen, ohne dass Löcher entstehen. Wenden und die andere Seite ebenfalls braun backen.

Während die Crêpes abkühlen, wird die Füllung vorbereitet. Die Crêpes lassen sich mit allem füllen.

## Befüllen des Crêpes

Alle Zutaten kleinschneiden. Einen Crêpe mit Frischkäse bestreichen und nach Belieben mit den klein geschnittenen Zutaten belegen. Vor dem Aufrollen werden zuerst die Seiten rechts und links etwas eingefaltet, damit nichts herausfällt.


© 2026 TIME2TRI GmbH