

## Apfel-Crêpes mit heissem Apfeldicksaft

### Zutaten

Zubereiten: ca. 50 Minuten  
Quellen lassen: ca. 1 Stunde

Für 4 Personen

200 g Mehl  
1 EL Zucker  
wenig Zimt, nach Belieben  
½ TL Salz  
4 dl Milch  
4 Eier  
50 g Butter, flüssig  
2-3 Äpfel, z.B. Pinova  
Bratbutter oder Bratcrème zum Backen

2 dl Apfel- oder Birnendicksaft  
wenig abgeriebene Zitronenschale  
3-4 EL Pistazien, gehackt



### Zubereitung

1. Mehl, Zucker, Zimt und Salz mischen, mit der Milch anrühren. Eier und Butter beifügen, zu einem glatten Teig klopfen, bis er Blasen wirft. Zugedeckt bei Raumtemperatur 30-60 Minuten quellen lassen.
2. Äpfel an der Röstiraffel in den Teig reiben, gut mischen.
3. Apfeldicksaft in einer Pfanne erwärmen, mit Zitronenschale mischen.
4. Teig portionenweise in die heisse Bratbutter geben, Crêpes backen, aufrollen, in Schnecken schneiden und auf Teller verteilen. Mit warmem Apfeldicksaft beträufeln, garnieren.

Mit Quark oder Vanilleglace ergänzen.  
Apfeldicksaft gibt es im Reformhaus.

### Nährwerte

Eine Portion enthält: 706 Kalorien, 18g Eiweiss, 96g Kohlenhydrate, 27g Fett.