

REZEPT FÜR DUTCH BABY MIT PFLAUMEN



© KptnCook

DUTCH BABY MIT PFLAUMEN

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für 2 Portionen | 30 Min. | + Quellzeit

Zutaten

- 60 g SweetFamily Bio-Zucker
- 1 TL Zimt
- 2 Eier (M)
- 70 g Dinkelmehl (Type 630)
- 120 ml Milch
- 1 TL Vanilleextrakt
- 1/2 TL Salz
- 2 Pflaumen
- 1 EL Butter
- 30 g Pekannusskerne
- 50 g griechischer Joghurt
- 1 EL SweetFamily Puderzucker zum Streuen



5073

ZUBEREITUNG

563

Kcal

Pro Portion ca.

19

Gramm

Eiweiß

66

Gramm

Kohlenhydrate

26

Gramm

Fett

1. 10 g Bio-Zucker mit Zimt mischen und beiseite stellen. Eier, Mehl, Milch, übrigen Bio-Zucker, Vanille und Salz zu einem glatten Teig verrühren. 20 Minuten ruhen lassen. Inzwischen Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vorheizen, dabei eine ofenfeste Pfanne darin mit aufheizen.

2. Pflaumen waschen, halbieren, entkernen und vierteln. In einer Auflaufform mit Zimtzucker mischen und in den heißen Ofen stellen.

3. Heiße Pfanne vorsichtig aus dem Ofen nehmen und Butter darin schmelzen, dabei schwenken, so dass auch der Rand eingefettet ist. Teig zügig einfüllen und Pfanne zu den Pflaumen in den Ofen schieben. Beides 15-20 Minuten backen, bis der Pfannkuchen aufgegangen und goldbraun, die Pflaumen weich und saftig sind.

4. Inzwischen Pekannusskerne grob hacken und nach Belieben in einer beschichteten Pfanne ohne Fett goldbraun anrösten. Joghurt, gebackene Pflaumen und Pekannusskerne auf dem Dutch Baby anrichten, mit Puderzucker bestäuben und in der Pfanne servieren.