

Für Leib...

Speckpfannkuchen

(für 2 große Pfannkuchen)

Zutaten:

2 Eier
ca.100 ml Milch
1 Prise Salz und etwas Pfeffer
ca.150 g Mehl
ein Schuss Mineralwasser
etwas Speiseöl zum Ausbacken
1 Packung Bacon in Scheiben

Zubereitung:

Die Milch mit dem Mehl sorgfältig verrühren und ca. eine halbe Stunde zum Aufquellen stehen lassen.

Danach die Eier, das Mineralwasser und die Gewürze dazugeben und kräftig verschlagen. Ein dickflüssiger Teig sollte entstanden sein.

Für jeden Pfannkuchen nun 3 Scheiben Speck in einer heißen Pfanne anbraten und wenden. Eventuell etwas Speiseöl dazugeben.

Nun den Teig eingießen und stocken lassen. Den Kuchen in der Pfanne bräunen. Die Hitze dabei etwas drosseln.

Den Pfannkuchen wenden und von der anderen Seite ebenfalls schön braun braten. Mit gehacktem Schnittlauch bestreuen, auf einen Teller anrichten und mit frischem Salat servieren.



Gutes Gelingen und guten Appetit!

...und Seele!

Ruhig und gelassen...

*Gehe ruhig und gelassen durch Lärm und Hast
und suche den Frieden in der Stille.*

Sei freundlich zu deinem Mitmenschen.

Äußere deine Meinung ruhig und klar.

Höre anderen aufmerksam zu, auch wenn sie anders denken.