

Chrysanthemen-Pfannkuchen

gefüllt mit Geflügelstreifen und Chrysanthemen aus dem Wok

Für ca. 5 Portionen

<u>Pfannkuchen</u>	<u>Die Füllung</u>
500 ml Milch	500g Geflügelstreifen
2 Eier	200g Buntes Gemüse der Saison
150 Mehl	2 Hände Frische Chrysanthemen
2-3 Esslöffel Pesto von der Chrysantheme	Salz No. 2
Lorbeer, Pfeffer, Salz oder Gewürzsalz No. 5	Soja Sauce, Stück Ingwer, 1 Knoblauch, geröstetes Sesamöl,

Die Pfannkuchen

1. Alle Zutaten in einer Schüssel verrühren oder mixen.
2. Abschmecken.
3. In einer heißen Pfanne oder Crêpe-Platte schöne dünne Pfannkuchen ausbacken.
4. Die fertigen Pfannkuchen abgedeckt bei Seite stellen.

Die Füllung:

1. Geflügelstreifen in einer Schüssel mit Sojasauce und Knoblauch marinieren.
2. Das Gemüse in feine Streifen schneiden (es ist nur fürs Auge, dass es schön bunt wird)
3. Eine große Pfanne oder einen Wok ohne Öl richtig heiß machen
4. Zuerst das Fleisch und dann das Gemüse in die heiße Pfanne geben.
5. Ruhig etwas Farbe nehmen lassen... und mit einem guten Schuss Soja Sauce ablöschen
6. Ingwer und geröstetes Sesam-Öl dazu geben.
7. Zum Abschmecken kontrollieren, dass es leicht salzig ist und eine leichte Schärfe hat.

Anrichten:

Die noch warme Füllung in die Pfannkuchen einrollen und servieren

Notizen:

Ronny Marzin & Team wünscht euch viel Spaß beim Kochen und genießen!