

Grundrezept: Eierkuchen

Zutaten	So geht´s
3 Eier 125 g Milch 125 g sprudeliges Mineralwasser Kräuter (optional)	... verrühren
Mehlmix: 50 g Hafermehl 30 g Speisestärke 3 g Johannisbrot- oder Guarkernmehl 1 Prise Salz 1 EL Zucker	... vermischen und zur Eiermasse geben. Mit dem Handrührgerät/ Rührbesen verschlagen. Evtl. durch ein Sieb passieren. Rund 10 Minuten quellen lassen.
Ca. 5 Holunderblütendolden	... abspülen und vorbereiten. Die Blüten in den Eierkuchenteig tauchen und in einer Pfanne mit etwas Butter ausbacken.
Frische Erdbeeren Minzblättchen Zucker	... Erdbeeren putzen, zerkleinern und nach Belieben mit Zucker vermengen. Anrichten und servieren.



„Jetzt heißt es: Ran an die Pfanne und guten Appetit mit deinen leckeren Eierkuchenvariationen.“
 Liebe Grüße, Elke :-)

Kreative Notizen: