

Okonomiyaki

Rezept für 4 Personen



Vegetarisch

Zubereitung

Zutaten Okonomiyaki (Pfannkuchen)

- 420 g Mehl
- 500 ml Wasser
- 4 Eier
- ½ TL Backpulver
- 2 TL Dashipulver
- ½ Spitzkohl, in Streifen geschnitten
- 2 Bund Frühlingszwiebeln, fein geschnitten
- 1 EL Pflanzenöl zum Braten
- Salz & Pfeffer

Zubereitung Okonomiyaki (Pfannkuchen)

Das Mehl mit Wasser in einer Schüssel zu einem glatten Teig ver-rühren. Die Eier, das Backpulver und das Dashipulver einarbeiten, bis ein glatter Teig entsteht. Den Kohl und die Frühlingszwiebeln unter-mischen und den Teig würzen. Wenig Öl in einer Pfanne erhitzen, den Teig hineingiessen und durch Schwenken gleichmässig verteilen, sodass er gleichmässig ca. 1 cm dick ist. Die Temperatur stark reduzieren und den Pfannkuchen bei leicht geöffnetem Pfannendeckel 15 Minuten stocken lassen. Nun wenden und weitere 5 Minuten fertig garen

Zutaten Quark-Dip

150 g Magerquark
Salz, Pfeffer, Zucker, Zitronensaft

Zubereitung Quark-Dip

Den Quark mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft abschmecken.

Zutaten Garnitur

Je nach Lust und Laune:
Sriracha-Sauce (scharfe Chilisauce)
Röstzwiebeln
gebratene Speckstreifen
Bonitoflocken (getrockneter Thunfisch)

Zubereitung Garnitur

Den Pfannkuchen auf einem Teller anrichten und beliebig mit Sriracha-Sauce, Speck, Bonitoflocken, Röstzwiebeln und Quark-Dip garnieren.