Schokocrêpes mit Bananen-Sahne

Zeit gesamt
35min

Zubereitungszeit
35min

Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Schokolade, Zartbitter	40 g
Butter	2 EL
Eier	2 St.
Zucker	75 g
Salz	
Weizenmehl, Type 405	125 g
Kakaopulver	1 TL
Milch	300 ml
Bananen	2 St.
Bio Limetten	1 St.
Schlagsahne	200 g
Rapsöl	1 EL

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleiner Topf, große Pfanne, Handrührgerät mit Schneebesen

1. Für den Teig Schokolade klein hacken. In einem Topf ca. 1 l Wasser aufkochen, Schokolade mit Butter in eine Metallschüssel geben und über dem Wasserbad schmelzen. Masse leicht abkühlen lassen.

2. Eier, Zucker und Salz in die Schüssel geben und verrühren. Mehl und Kakao untermengen, Milch zugeben und zu einem geschmeidigen Teig verrühren.

3. Bananen schälen und in einer Schüssel mithilfe einer Gabel zerdrücken. Limette halbieren, Saft auspressen und zur Banane geben. In einer weiteren Schüssel Sahne mithilfe eines Handrührers mit Schneebesen steif schlagen und mit Banane vermengen.

4. In einer beschichteten Pfanne 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen, 1 Kelle des Teiges in das heiße Öl geben und dünn in der Pfanne durch Neigen verteilen.

5. Crêpe ca. 1–2 Min. goldbraun ausbacken, bis er beginnt fest zu werden und sich vom Boden löst, vorsichtig wenden und nochmals ca. 1 Min. von der anderen Seite goldbraun backen. Crêpe beiseitestellen und Vorgang wiederholen, bis die Masse aufgebraucht ist. Schokocrêpes mit Bananen-Sahne servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	543 kcal
Kohlenhydrate	75 g
Eiweiß	13 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	22 g