

Palatschinken / Fritatten

Mantler Glutenfreies-Lactosefreies Mehl



Zutaten

- MANTLER Glutenfreies-Lactosefreies Mehl
- 2 Eier
- 1/8 L Milch (oder Sojamilch)
- 1 Prise Salz

Zubereitung

Soviel MANTLER glutenfreies, lactosefreies Mehl verwenden, dass ein dünnflüssiger Teig entsteht. Fett in der Stielpfanne heiß werden lassen, den Teig nochmals aufrühren und dünn eingießen, wenden und fertig backen. Mit Marmelade, Topfentfülle oder Schokolade füllen, einrollen und überzuckern.

Rezeptur Fritatten

Dieselben Zutaten und Mengen wie für die Palatschinken verwenden, nur nach dem Backen Teig erkalten lassen, einrollen und zu Fritatten schneiden.

TIPP:
Gelingt auch, wenn man etwas mehr Milch nimmt.