

# Spinat-Pancakes mit Pfifferlingen

Spinat mit Pfannkuchen ist eine unbestreitbar köstliche Geschmackskombination. Gerne esse ich sie ganz klassisch, also in Form von dünnen, großen veganen Pfannkuchen, Blattspinat und zum Beispiel Salbeiotomaten. Aber warum den Spinat immer mit, an und auf Pfannkuchen servieren? Dieses Mal habe ich den Spinat gemixt mit Pflanzenmilch direkt in den Teig gegeben und die etwas dickere "Pancake-Variante" gebacken. Was soll ich sagen - das Ergebnis ist so flaumig-fluffig und saftig, dass man diese Pancakes eigentlich pur wegessen kann. Ich habe sie dann aber doch noch mit frischen Pfifferlingen kombiniert, die ich mit Zwiebelstückchen und Räuchertofu herzhaft angebraten habe. Einfach köstlich. Da die Spinat-Pancakes für sich genommen schon ein Geschmackserlebnis sind, habe ich keine weitere Soße oder so dazu gegeben. Ich finde, das würde den feinen Spinatgeschmack nur "übertönen". Aber natürlich könnte man zum Beispiel auch eine Pfifferling- oder Champignon-Rahmsoße dazu geben. Was meint Ihr? Ich hab' sie auf jeden Fall einfach so weggeputzt und war sehr glücklich dabei.

## Zutaten für 2 Portionen

### Für die Spinat-Pancakes

- Pflanzenöl zum Ausbacken der Pancakes
- 150 g frischer feiner Spinat | ich habe "Baby-Spinat" benutzt
- 250 g Dinkelmehl Typ 630
- 250 ml Hafermilch | oder eine andere Pflanzenmilch
- 1 EL Weinstein Backpulver
- 1 EL Sojasoße
- Meersalz
- Frisch gemahlener Pfeffer
- Etwas frisch aufgeriebene Muskatnuss

### Für die Pfifferlinge

- Natives Olivenöl
- 1 Zwiebel
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 200-250 g Pfifferlinge | man kann auch Shiitake oder Champignons stattdessen nehmen
- 60 g Räuchertofu
- Einige Stängel frische Petersilie

## Zubereitung (ca. 30 Minuten)

1. Den Ofen leicht erhitzen, um dort die Pancakes kurzzeitig warm zu halten.
2. Dinkelmehl und Backpulver in einer Rührschüssel vermischen. Hafermilch, Spinat und Sojasoße in einen Mixer geben und zu einer grünen, flüssigen Spinat-Milch mixen. Spinat-Milch mit dem Dinkelmehl und dem Backpulver vermischen.
3. Mit einem Schneebesen eine Prise Salz, frisch gemahlener Pfeffer und viel frisch aufgeriebene Muskatnuss untermengen. Pancake-Teig so lange mit einem Schneebesen vermengen, bis er Klümpchen-frei und cremig ist.

4. Eine Pfanne mit etwas Pflanzenöl erhitzen und nach und nach die einzelnen Pancakes in der Pfanne braten. Dazu mit einer Kelle, je nach Pfannengröße, zwei oder drei kleine Pancake-Portionen vorsichtig und voneinander getrennt in die Pfanne geben. Pancakes von beiden Seiten anbraten und anschließend im Ofen warm halten. Die Pancakes sollten nicht zu dunkel angebraten werden. Sie sollten weich, fluffig und saftig sein.
5. Pfifferlinge verlesen und putzen. Große Pfifferlinge halbieren oder vierteln, kleinere Pfifferlinge so belassen bzw. die Pfifferlinge nach Belieben klein schneiden. Eine Zwiebel abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Eine Knoblauchzehe fein würfeln. Räuchertofu abwägen und ebenfalls fein aufschneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebelstreifen und Knoblauchwürfel anschwitzen und die Räuchertofustückchen dazu geben und anrösten, bis der Räuchertofu aromatisch duftet. Dann die Pfifferlinge in die Pfanne geben und etwa 3 Minuten anbraten und nochmals 2 Minuten in der Pfanne ziehen lassen. Frische Petersilie waschen, abschütten und klein hacken. Petersilie unter die Pfifferlinge heben. Mit Meersalz und frischem Pfeffer würzen.
6. Pancakes auf Tellern anrichten, Pfifferlinge auf und um die Pancakes verteilen. Das Ganze mit etwas nativen Olivenöl beträufeln und nochmals abschließend mit Salz und frischem Pfeffer würzen. Mit etwas Petersilie garniert servieren.