

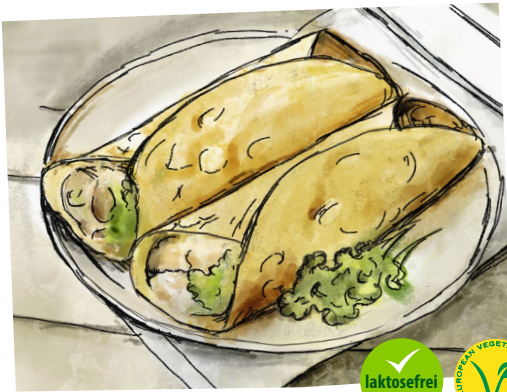


beleaf in tasty and vegan food



BELEAF CRÊPES MIT SPINAT-CHAMPIGNONS FÜLLUNG

Für alle, welche fleischlos glücklich sind.



SO WIRDS GEMACHT

- 1 Mehl, Backpulver, Salz und Oat Drink zu einem glatten Teig vermengen.
- 2 Butter Alternative in einer Pfanne erhitzen und Crêpes ausbacken.
- 3 Für die Füllung: Pilze in halbe Scheiben schneiden, Zwiebel und Knoblauch fein hacken.
- 4 Wenig Butter Alternative erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch und Champignons andünsten.
- 5 Anschliessend Spinat begeben und mitdünsten, bis er zusammenfällt.
- 6 Crème fraîche Alternative und Cream Alternative begeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 7 Crêpes füllen und servieren.

ZUTATEN

Für 6 Stück

FÜR DIE CRÊPES

- 150 g Mehl
- ½ EL Backpulver
- 1 TL Salz
- 350 ml beleaf Oat Drink
- Wenig beleaf Butter Alternative



FÜR DIE FÜLLUNG

- 300 g Babyspinat frisch
- 200 g Champignons
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 80 ml beleaf Cream Alternative
- 300 g beleaf Crème fraîche Alternative



Entdecke weitere beleaf Produkte!



beleaf – Emmi Food Service
emmi-food-service.ch

