

# BABY LIEBE

Das Babymagazin von EDEKA

## Thermomix®-Rezept

### Rainbow-Pancakes

Für 12 - 15 Stück

- 3 Eier, S
- 60 g Rote Bete (gegart)
- 210 ml Haferdrink
- 210 g Dinkelmehl, Type 630
- 1 ½ TL Salz
- 1 ½ TL Backpulver
- 40 g Baby-Spinat
- ½ TL Kurkumapulver
- 1 Msp. Zimtpulver
- 2 EL Kokosöl

Vorbereitungszeit: 15 min  
Zubereitungs-/Garzeit: 15 min  
Gesamtzeit: 30 min  
Schwierigkeitsgrad: einfach  
Nährwertangaben:  
Pro Stück ca. 98 kcal (bei 12 Stück),  
4 g E, 4 g F, 12 g KH

**1.** Für die roten Pancakes ein Ei mit der stückig geschnittenen roten Bete in den Mixtopf geben und 5 Sek./Stufe 5 verrühren. Mit dem Spatel nach unten schieben. Erneut 10 Sek./Stufe 5 verrühren und mit dem Spatel nach unten schieben. 70 g Haferdrink, 70 g Dinkelmehl, 0.5 TL Salz und 0.5 TL Backpulver zugeben und 10 Sek./Stufe 5 verrühren. Den Teig in eine kleine Schüssel umfüllen und den Mixtopf ausspülen.

**2.** Für die grünen Pancakes ein Ei mit den Spinatblättern in den Mixtopf geben und 5 Sek./Stufe 5 verrühren. Mit dem Spatel nach unten schieben. Erneut 10 Sek./Stufe 5 verrühren und mit dem Spatel nach unten schieben. 70 g Haferdrink, 70 g Dinkelmehl, 0.5 TL Salz und 0.5 TL Backpulver zugeben und 10 Sek./Stufe 5 verrühren. Den Teig in eine kleine Schüssel umfüllen und den Mixtopf ausspülen.

**3.** Für die gelben Pancakes das restliche Ei mit Kurkuma und Zimt in den Mixtopf geben und 10 Sek./Stufe 5 verrühren. Mit dem Spatel nach unten schieben. Erneut 10 Sek./Stufe 5 verrühren und mit dem Spatel nach unten schieben. 70 g Haferdrink, 70 g Dinkelmehl, 0.5 TL Salz und 0.5 TL Backpulver zugeben und 10 Sek./Stufe 5 verrühren. Den Teig in eine kleine Schüssel umfüllen.

**4.** In einer beschichteten Pfanne das Kokosöl portionsweise erhitzen. Pro Teigfarbe 4-5 Pancakes backen. Dafür je etwa 1 EL Teig in die Pfanne geben. Bei mittlerer Hitze von beiden Seiten insgesamt 3-4 Minuten langsam backen, sie sollen nicht zu sehr bräunen. Bei Bedarf fertige Pancakes kurz im Ofen (80 C°) warm halten. Zum Servieren auf Teller stapeln und nach Belieben Fruchtmarmelade dazu reichen.

#### Tipp:

Zu roten Pancakes passt auch sehr gut zuckerfreie Schokocreme, zu den grünen kross gebratener Bacon und zu den gelben Mango-chutney.



# BABY LIEBE

Das Babymagazin von EDEKA

## Thermomix®-Rezept

### Mini-Berliner mit Erdbeerfüllung

Für 14 - 16 Stück

- 150 ml Milch
- 20 g Hefe
- 50 g Butter (weich)
- 2 Eigelb
- 300 g Mehl; und zum Arbeiten
- 1/2 TL Salz
- Pflanzenöl; zum Frittieren
- 80 g Fruchtmarmelade (z. B. Erdbeere)

Vorbereitungszeit: 20 min

Ruhezeit: 1 h 30 min

Zubereitungs-/Garzeit: 15 min

Gesamtzeit: 2 h 5 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Nährwertangaben:

Pro Stück ca. 162 kcal (bei 14 Stück),  
3 g E, 9 g F, 17 g KH

**1.** Die Milch in den Mixtopf füllen und die Hefe hineinbröckeln, 2 Min./37°C/Stufe 2 erwärmen. Die Butter in Stücken, Eigelb, Mehl und Salz zugeben und 2 Min./Teigstufe zu einem Teig verkneten. In eine Schüssel füllen und abgedeckt an einen warmen Ort mindestens 1 Stunde gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

**2.** Anschließend den Teig in 14-16 Stücke teilen, jeweils mit leicht bemehlten Händen zu Bällchen formen und abgedeckt erneut ca. 30 Min. gehen lassen.

**3.** In einem Topf oder in der Fritteuse reichlich Öl auf ca. 175°C erhitzen. Die Teigkugeln portionsweise darin in ca. 5 Minuten goldgelb ausbacken, dabei gelegentlich wenden. Mit dem Schaumlöffel herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Das Fruchtmarmelade durch ein Sieb streichen, in einen Spritzbeutel mit kleiner Lochtülle (oder Fülltülle) geben, die Krapfen seitlich einstechen und mit dem Fruchtmarmelade füllen. Die Mini-Berliner auf einem Teller anrichten und servieren.

#### Tipp:

Hefe braucht Zucker, damit Kohlendioxid (CO<sub>2</sub>) gebildet werden kann, das den Teig aufgehen lässt. Dafür muss dem Teig aber kein „Extra-zucker“ zugefügt werden. Hefe kann aus der Stärke des Mehls (sogenannte Vielfach-zucker) Zucker spalten – dies dauert nur ein wenig.

