

I love Cologne - Tribut an meine geliebte Heimatstadt

“HIMMEL UN ÄD“- PFANNKÜCHLEIN

Kartoffelpannkuchen mit pikanter Apfel-Schmand-Creme und Gemüsesalat

Ich liebe meine Stadt! Ein echtes Kölner Traditionsgericht heißt „Himmel un Äd“, mit ihm werden Erde und Luft gepriesen. Kartoffeln wachsen im Boden - bei mir werden sie zu fluffigen Pfannkuchen. Und die Äpfel hängen hoch oben im Himmel. Ich mache sie zu Mus – mit einem cremig-kräuterigen Finish.

Das benötigt ihr für die 2 Portionen: *So wird's gemacht*

für die Pfannkuchen:

geschälte Kartoffeln, z.B. gekochte vom Vortag	400 g
Meersalz	
Eier	2
Dinkelvollkornmehl (alternativ ein anderes Mehl, das Ihr im Haus habt)	150 g
Backpulver	½ TL
Milch	100 ml
Mineralwasser mit Kohlensäure	100 ml
Honig	1 TL
Öl zum Braten	

für den Gemüsesalat:

Bio-Limette oder Zitrone, frisch gepresst und Schalenabrieb	1/2
Honig	1 TL
Senf	1/2 TL
Meersalz	1/2 TL
schwarzer Pfeffer aus der Mühle	1/2 TL
Radieschen	3
Apfel	1/2
Salatgurke	10 cm
rote Chilischote	2 cm
(jenachdem wie scharf Ihr es mögt)	

Sind die Kartoffeln keine Reste vom Vortag, dann muss man sie für die Pfannkuchen schälen, in kleine Würfel schneiden und in gesalzenem Wasser sehr weich kochen.

Für den Gemüsesalat den Limettensaft und -abrieb mit Honig und Senf mischen, Salz und Pfeffer hinzufügen. Radieschen, Apfel und Gurke waschen und mit Schale in sehr feine Stückchen schneiden. Chili entkernen und sehr fein hacken. Gemüsestückchen mit dem Dressing marinieren und abgedeckt ziehen lassen.

Für die Apfelcreme die Zwiebel schälen, sehr fein würfeln und in Öl glasig dünsten. Apfel schälen, entkernen und kleinschneiden. Zusammen mit dem Apfelsaft zu den Zwiebeln geben und ca. 15 Minuten bei wenig Hitze und geschlossenem Deckel zu Mus verkochen. Je nach Sorte muss ev. noch etwas Flüssigkeit zugefügt werden. Immer wieder gut umrühren, dann abkühlen lassen.

Für den Teig die gekochten Kartoffeln mit einer Gabel oder einem Stampfer zerdrücken (Alternativ kannst du sie auch mit einer Vierkantreibe raspeln). Mit Eiern, Mehl, Backpulver, Milch, Wasser und Honig aufschlagen. Nach Geschmack salzen. Klümpchen von den Kartoffeln sollten Euch nicht beunruhigen. Teig ca. 15 Minuten ruhen lassen. Tipp: Besonders fluffig werden die Pfannkuchen, wenn du die Eiweiße steif schlägst und den Eischnee dann vorsichtig unter den Teig hebst.

Für die Creme den Schmand mit den Kräutern aufschlagen, abgekühltes Apfelmus unterziehen. Creme mit den Gewürzen abschmecken, so, wie du es magst.

für die Apfel-Schmand-Creme:

kleine Zwiebel	1
Öl	1 EL
Apfel z.B. Elstar	1
Apfelsaft, naturtrüb	2 EL
Schmand	100 g
glatte Petersilie, gehackt	1 EL
Schnittlauchröllchen	1 EL
Cayennepfeffer	1/2 TL
Meersalz	1/2 TL
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle	1/2 TL

Besondere Utensilien:

Stampfer oder Vierkantreibe

Öl in einer großen Pfanne erhitzen und gut verteilen. Mit einem Löffel sechs Teigklexe in der Pfanne verteilen. Die Küchlein machst du so dick oder dünn wie du magst. Mini-Pfannkuchen bei mittlerer Hitze braten lassen, bis sie von der unteren Seite goldbraun sind und sich vom Pfannenboden lösen. Wenden und von der anderen Seite braten. Nach und nach den ganzen Teig verbraten.

So sieht das Ganze am Ende aus:

Warme Pfannkuchen auf Tellern platzieren, einen großen Klacks Apfelcreme darauf geben und den Gemüsesalat obenauf platzieren.

Achso: Wer lieber große Pfannkuchen mag, sollte sich nicht bremsen lassen!