

## Buchweizenpfannkuchen

### Zutaten für 4 Personen

250 g Buchweizenmehl  
1 Ei  
1 EL grobes Salz  
1 EL Erdnussöl  
5 dl Wasser  
Öl oder Butter

### Zubereitung

Das Mehl in eine Schüssel geben. In die Mitte eine Mulde drücken, das Ei mit Salz und Öl hineingeben und mit der Hälfte des Wassers langsam unter das Mehl rühren. Den Teig 5–7 Minuten mit dem Mixer kräftig schlagen, dann mit dem restlichen Wasser auf die richtige Konsistenz verdünnen. Der Teig muss flüssig sein. Anschliessend mindestens 2 Stunden ruhen lassen. Vor dem Backen mehrmals umrühren. Die Pfanne gut einfetten, den Teig mit einer drehenden Bewegung in der Pfanne verteilen und bei guter Hitze auf der ersten Seite backen. Den Pfannkuchen wenden und auf der anderen Seite fertig backen.

