



Zucchini-Pancakes mit Alpenschinken

für 4 Portionen

1 kleine Zucchini	waschen und grob raspeln. Zum Entwässern großzügig salzen, die abtropfende Flüssigkeit nach ca. 10 min abgießen und das Gemüse gut trockentupfen.
150 g Mehl	mit
1,5 TL Backpulver	vermischen. Mit
2 Eier	und
150 g Joghurt	sowie den Zucchini-Raspeln in eine Rührschüssel geben und locker vermischen.
30 g Kräuter	(Dill, Schnittlauch, Petersilie) fein hacken und mit
1 EL Leinsamen	unter den Teig heben.

Eine beschichtete Pfanne mit etwas Öl erhitzen. Etwa 2 EL Teig pro Pancake in die Pfanne geben und portionsweise ausbacken. Je nach Größe ergeben sich ca. 8–12 Pancakes.

	Zum Servieren
150 g Naturjoghurt	und
50 g Crème fraîche	mit
1 Handvoll Kräutern	und
Salz und Pfeffer	verrühren. Je einen EL davon auf die Pancakes geben und mit hauchdünn geschnittenem
Alpenschinken	belegen.

Dazu passt ein knackiger Salat aus gewürfelten Radieschen und Gurken oder kurz angebratene Zucchini- und Karottenwürfel.

