

## TEFF-MAIS-PALATSCHINKEN mit Topfen-Nuss-Füllung

---

### ZUTATEN PALATSCHINKEN:

- 50g Lerchenmühle Teffmehl
- 50g Lerchenmühle Maismehl
- 60g Tapiokastärke (optional Kartoffelstärke)
- 3 Eier
- 350–400ml Milch (oder Pflanzendrink)
- 1 Prise Salz
- 1TL Vanillezucker
- 1–2TL zerlassene Butter oder neutrales Öl für den Teig
- Öl/Butter zum Ausbacken

### TOPFEN-NUSS-FÜLLE:

- 250g Topfen
- 60g Staubzucker oder Honig
- Abrieb einer halben Bio-Zitrone & 1TL Zitronensaft
- 1–2 EL Sauerrahm oder Joghurt
- 1TL Vanillezucker
- Prise Salz
- 50g fein gehackte Nüsse (Haselnüsse, Mandeln oder Walnüsse)

### SO WIRD'S GEMACHT:

Für den Palatschinkenteig alle Zutaten gut miteinander verrühren und ein paar Minuten quellen lassen und nacheinander dünn in einer Pfanne ausbacken.

#### Zubereitung Fülle:

Topfen, Zucker/Honig, Zitronensaft & -Abrieb, Sauerrahm, Vanillezucker und Salz cremig verrühren. Nüsse unterheben.

#### Zusammensetzen der Palatschinken:

Palatschinken auslegen. Topfen-Nuss-Füllung großzügig darauf verteilen.

Einrollen oder falten in eine Form geben und mit einem Milch-Ei-Gemisch (1 Ei & 200g Milch Verquirlen) übergießen.

#### Backen:

Für ca. 20min bei 160°C Ofen backen. Mit Staubzucker bestäuben und nach Belieben mit frischen Beeren oder anderem Obst garnieren.