

## **Buchweizen-Crepes mit Gemüseragout**

Für 2 Personen:

150 g Buchweizenmehl mit 0,2 l Milch, 1 El Sonnenblumenöl, einer Prise Meersalz, und einer Prise Muskat cremig verrühren.

Dann noch 2 Eier hinzufügen und glattrühren. Frische kleingehackte Petersilie hinzugeben.

Der Teig sollte leicht dickflüssig sein. Damit in einer Pfanne mit wenig Butter mehrere dünne Crepes backen.

Je 100 g Fenchelknolle, Champignons und Möhren putzen und kleinschneiden, und zusammen dünsten. Mit 2 El süßer Sahne und frischen Gartenkräutern abschmecken.

Ein wenig der Basencreme (s. Rezepte) dem gedünsteten Gemüse zugeben.

Dann in die frischen Crepes geben und zusammen-rollen oder –klappen.

*Guten Appetit*