



Der Bauernmarkt  
im Internet

[www.bauernmarkt-olpe.de](http://www.bauernmarkt-olpe.de)

Rezept aus der Region

## Sauerländer Speckpfannkuchen

Zutaten (für 4 Personen):

- ½ Liter Milch
- 250 g Mehl
- 2 Eier
- Salz
- Öl zum Braten
- durchwachsener Speck nach Belieben



Zubereitung:

1. Aus Milch, Mehl, Eiern und Salz einen glatten Pfannkuchenteig rühren und mindestens eine halbe Stunde quellen lassen. Speck nach Geschmack in Scheiben, Würfel oder Streifen schneiden.
2. Öl in einer Pfanne erhitzen. Den Speck anbraten. Eine Kelle Teig darüber verteilen und den Pfannkuchen von beiden Seiten goldbraun braten.

Wer mag, kann dazu Gewürzgurken essen. Auf jeden Fall schmeckt dazu ein kühles Pils.

Tipp: In manchen Regionen wird für den Teig statt Milch auch Buttermilch genommen.

Guten Appetit!