

# Soufflé Pancakes - Rezept von Benedikt Faust

Wie schmecken eigentlich Wolken? 🤔 Diese Frage kann Benedikt leider nicht beantworten, aber wenn er raten müsste, dann würde er sagen: Bestimmt wie Soufflé Pancakes! Der japanische Klassiker ist super fluffig und zergeht auf der Zunge. Klar, es braucht vielleicht ein bisschen mehr Geduld beim Mischen im Vergleich zu normalen Pfannkuchen, aber das ist es absolut wert 😊

---

Rezept herunterladen

## Zutaten

- 2 Eiweiß
  - 2 Eigelb
  - 2 EL Zucker
  - 60 ml Milch
  - 1/2 TL Vanilleextrakt
  - 50 g Mehl
  - 1/2 TL Backpulver
  - Butter zum Anbraten
  - Puderzucker zum Bestäuben
  - Früchte oder Sirup nach Wahl zum Servieren
- 

## Zubereitung

### Schritt 1

Eiweiß in einer großen Schüssel steif schlagen, bis sich weiche Spitzen bilden. Während des Schlagens nach und nach den Zucker einrieseln lassen, bis das Eiweiß glänzend ist und steife Spitzen bildet.

## Schritt 2

In einer anderen Schüssel das Eigelb mit der Milch und dem Vanilleextrakt verquirlen. Mehl und Backpulver sieben und zu der Eigelb-Mischung geben. Alles glatt rühren.

## Schritt 3

Ein Drittel des Eischnees vorsichtig unter die Eigelb-Mehl-Mischung heben, um die Masse aufzulockern. Anschließend den restlichen Eischnee unterheben, bis die Masse gerade eben gemischt ist (nicht übermischen).

## Schritt 4

Eine Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen und mit Butter bestreichen. Für jeden Pancake einen großen Löffel Teig in die Pfanne geben und leicht verteilen, sodass ein dicker Pancake entsteht.

## Schritt 5

Die Pancakes bei niedriger bis mittlerer Hitze 3-4 Minuten backen, bis der Boden goldbraun ist und die Oberfläche zu blubbern beginnt. Vorsichtig wenden und weitere 3-4 Minuten backen, bis auch die andere Seite goldbraun ist.

## Schritt 6

Die Soufflé Pancakes mit Puderzucker bestäuben und nach Wahl mit Früchten oder Sirup servieren.

---

## Benedikts „Faust“regel:

Mit diesen Produkten wird's besonders lecker



**KITCHENAID®**  
KSM125MP Artisan  
Küchen- maschine, mit  
Flex- Rührer und Edelstahl-  
schüssel, 3tlg.-Set

**€ 479,99**



**WOLL®** Diamond Active  
Lite 22x22cm Kochtopf mit  
integriertem Siebeinsatz

**€ 159,98**



**KOCHBLUME®**  
Gewürzmöhlen inkl.  
Auffangkappe 5  
verstellbare Mahlgrade, 2  
Stück

**€ 54,99**



**EASIYO** Joghurt  
griech. Art Frucht  
für 4kg sortenrei

**€ 22,99**

€ 23,95 - € 27,37

