



**Kochdauer:**

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

**Schwierigkeit:**

einfach

**Zutaten:**

- 1 Stk. Ei
- 50 ml Milch
- 75 ml Buttermilch
- 12 g zerlassene Butter
- 10 g Staubzucker
- 0,5 Stk. Vanilleschoten
- 1 Prise Salz
- 110 g Mehl
- 0,5 TL Weinsteinbackpulver
- Honig
- Staubzucker
- Zimt, gemahlen

**Mein persönlicher Tipp**

Einen Teil der Milch durch etwas Rote-Rüben-Saft ersetzen – ergibt rosa bis roten Teig.



**Moritz Lenz**

Experimentierfreudiger Genießer, der gerne kocht

**Quellen:**



Moritz Lenz: *Privatrezept*

## Herz-Buttermilch-Omelett



Foto: Tobias Schneider - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

**... für 8-10 Mini-Omelettes**

- Ei, Milch, Buttermilch und abgekühlte, zerlassene Butter glattrühren.
- Zucker, Vanillemark und Salz unterrühren und zuletzt das mit Backpulver vermischte Mehl in den Teig sieben und mit dem Schneebesen untermischen.
- In einer beschichteten Pfanne etwas Fett zerlassen und eine an den Rändern mit Öl bestrichene Herzform (großen Herzkeksausstecher) in die Pfanne stellen.
- Nun ca. zur Hälfte mit Teig auffüllen und bei mittlerer Hitze backen.
- Sobald der Teig gestockt ist und sich Blasen bilden, wenden – auf jeder Seite ca. 2 Minuten backen.
- Aus der Form lösen und mit etwas Honig beträufeln oder mit Staubzucker und einem Hauch Zimt bestreuen.



**Hinweis:** Wichtig ist, dass die Formen ganz gut geölt sind, damit sich die Miniomeletten gut aus der Form lösen lassen.

