

INTERNATIONALE PANNENKOEKEN



Amerikaanse zuurdesem pannenkoeken

⌚ 20 + 30 minuten

Dit heb je nodig:

- ❖ 200 g zelfrijzend bakmeel
- ❖ 1 el fijne kristalsuiker
- ❖ 1 tl bakpoeder
- ❖ 200 g zuurdesemstarter (actief of een restant)
- ❖ 2 eieren
- ❖ 260 ml melk
- ❖ 50 g gesmolten boter,
- ❖ plus extra boter om te bakken
- ❖ zonnebloemolie, om te bakken

om te serveren

- ❖ ahornsiroop

Materiaal: beslagkom, garde of elektrische handmixer, koekenpan met antiaanbaklaag

Zo maak je het:

1. Doe alle ingrediënten, behalve de boter, olie en ahornsiroop, in een kom met een flinke snuf zout en klop goed tot je een dik, glad beslag hebt.
2. Klop de gesmolten boter erdoor.
3. Verhit een scheutje olie en een klein klontje boter in een koekenpan met antiaanbaklaag tot het sist.
4. Giet of schep het beslag in de pan en bak pannenkoekjes van 7-8 cm, met voldoende ruimte ertussen (er passen er 3 tegelijk in).
5. Het beslag moet een beetje sissen als het de pan raakt, maar niet te heftig – pas de hitte aan indien nodig.
6. Bak tot er bubbels aan het oppervlak verschijnen, draai ze dan om en bak de andere kant – ze hebben ongeveer 2 minuten per kant nodig.
7. Eet ze direct op of houd ze warm in een oven op lage temperatuur terwijl je een volgende portie bakt.
8. Serveer met ahornsiroop.

Tips voor het maken van pannenkoeken met zuurdesemstarter

- ❖ Het gebruiken van restjes zuurdesemstarter om luchtige pannenkoeken te maken is een geweldige manier om voedselverspilling te verminderen. De gist in de starter zorgt ervoor dat de pannenkoeken rijzen.
- ❖ Let er bij het maken van het beslag op dat je het niet te veel mengt, want dit resulteert in een dichtere, taaiere pannenkoek. Laat het mengsel maximaal 24 uur in de koelkast rusten voor een lichtere, luchtigere pannenkoek, omdat de gluten dan ontspannen zijn en de gist zich heeft vermenigvuldigd.
- ❖ Het pannenkoekbeslag moet zachtjes sissen wanneer je het in de hete pan doet. Bak het zonder te roeren tot er kleine luchtbelletjes in het beslag verschijnen, draai het dan eenmaal om en bak het nog een paar minuten tot het licht sponsachtig aanvoelt als je in het midden drukt. Dit zorgt voor knapperige randen en een luchtige textuur.
- ❖ Omdat de gist in de zuurdesemstarter ervoor zorgt dat de pannenkoeken rijzen, is het 't beste om een gezonde, goed gevoede starter te gebruiken die actief is en bubbelt. Als je een oudere, minder actieve starter gebruikt, kunnen de pannenkoeken een zuurdere smaak hebben en platter zijn.

BRON: bbcgoodfood.com

