

Internationale Pannenkoeken



Griekse pannenkoeken - Tiganítes

🕒 35 minuten

Dit heb je nodig:

- ❖ 250 g bloem
- ❖ 1 tl droge gist
- ❖ 1 tl suiker
- ❖ ½ tl zout
- ❖ 250 ml lauw water
- ❖ olijfolie (om in te bakken)

voor de toppings:

- ❖ Warme honing
- ❖ gehakte walnoten
- ❖ geroosterd sesamzaad

Materiaal: beslagkom, garde, koekenpan met antiaanbaklaag

Zo maak je het:

1. Los de gist en suiker op in het lauwe water.
2. Meng de bloem en het zout erdoor tot een glad beslag.
3. Dek de kom af en laat het beslag 15 tot 20 minuten rusten tot er belletjes ontstaan.
4. Verhit een flinke scheut olijfolie in een koekenpan.
5. Schep kleine hoopjes beslag in de pan en bak ze aan beide kanten goudbruin en knapperig.
6. Serveer direct met honing en walnoten of geroosterd sesamzaad.

* Griekse pannenkoeken verwijzen meestal naar de traditionele, knapperige Griekse gistpannenkoekjes genaamd **Tiganítes**, of naar moderne, **Tiganítes giaourtióú**, de eiwitrijke pannenkoekjes gemaakt met Griekse yoghurt.

BRON: [AI](#)

