

# INTERNATIONALE PANNENKOEKEN



## Japanse pannenkoeken - Okonomiyaki

🕒 30 minuten

### Dit heb je nodig:

#### voor de okonomiyaki saus:

- ❖ 4 el tomatenketchup
- ❖ ½ el worcestershire saus
- ❖ ¼ tl Dijon mosterd
- ❖ 2 el mirin
- ❖ 1 el suiker
- ❖ 1 tl lichte sojasaus

#### voor de okonomiyaki:

- ❖ 100 g bloem
- ❖ 100 ml dashi of bouillon
- ❖ 2 eieren
- ❖ snufje zout
- ❖ 1 el panko (Japans broodkruim)
- ❖ 3 lente-uitjes, in ringetjes gesneden
- ❖ 150 gram kool, gesnipperd
- ❖ 1 el plantaardige olie
- ❖ 4 plakjes dik ontbijtspek
- ❖ zonnebloemolie, om te bakken

#### voor de topping:

- ❖ snufje shichimi togarashi, optioneel
- ❖ bonito flakes
- ❖ reepjes nori
- ❖ Japanse Kewpie mayonaise

**Materiaal:** beslagkom, garde, koekenpan met antiaanbaklaag

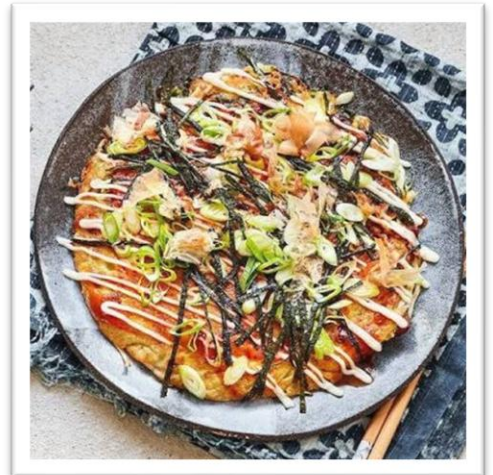
### Zo maak je het:

#### Voor de saus

1. Doe alle ingrediënten in een steelpannetje, roer door elkaar en breng aan de kook.
2. Draai het vuur terug en laat 3 minuten zachtjes pruttelen en klaar ben je.

#### Voor de okonomiyaki

3. Klop de eieren los en voeg de bloem en bouillon toe.
4. Roer de kool en de gesnipperde bosui erdoorheen (houd een klein beetje achter voor de garnering) en voeg een snufje zout toe.
5. Check even of je een mooi pannenkoekenbeslag hebt.
6. Is het iets te vloeibaar?
7. Voeg de panko toe en je zult zien dat het beslag iets indikt.
8. Je kunt ook altijd meer bloem of bouillon toevoegen om de juiste consistentie te bereiken.
9. Verhit een kleine koekenpan op middelhoog vuur en voeg wat zonnebloemolie toe.
10. Giet het beslag voor de okonomiyaki in de pan en zorg dat het mooi is verdeeld: we willen een mooie, ronde pannenkoek!
11. Leg de plakjes bacon er bovenop en dek de pan af met een deksel.
12. Laat ongeveer 3 minuten bakken, tot de pannenkoek goudbruin begint te worden aan de onderkant.
13. Keer de okonomiyaki om in de pan.
14. Leg een bord op de pan en keer de pan met bord voorzichtig – en met twee handen! – om.
15. Laat de pannenkoek daarna vanaf het bord weer in de pan glijden.
16. Laat nog 3 minuten bakken aan de andere zijde, of tot die kant ook goudbruin en knapperig is.
17. Leg het gerecht op een bord en verdeel de okonomiyaki saus eroverheen.
18. Smit de mayonaise er in streepjes overheen.
19. Maak af met wat bosui en eventueel wat shichimi togarashi.



\* Okonomiyaki betekent letterlijk "gebakken zoals je wilt". Het is een stevige, hartige pannenkoek die voornamelijk bestaat uit fijngehakte kool en bosui.

- ❖ **Veel gebruikte ingrediënten zijn:** Fijngehakte witte kool of Chinese kool, bosui, eieren, bloem en dashi (Japanse bouillon). Vaak belegd met dunne plakjes buikspek of bacon.
- ❖ **De sauzen zijn essentieel:** Dit gerecht is niet compleet zonder specifieke toppings. Je maakt er een kenmerkend streepjespatroon op met Okonomiyaki-saus (een zoetzure saus op basis van ketchup en worcestershiresaus) en romige Kewpie mayonaise.
- ❖ **Maar zeker ook de toppings:** Strooi er eventueel nog bonito flakes (gedroogde visvlokken), zeewiersnippers (nori) of panko over voor extra textuur.

**BRON:** [AI](#)