

INTERNATIONALE PANNENKOEKEN



Poolse pannenkoeken – Naleśniki z twarogiem

⌚ 45 minuten

Dit heb je nodig:

- ❖ 250 g bloem
- ❖ 250 ml melk
- ❖ 150 ml bruiswater, zorgt voor een extra luchtig beslag
- ❖ 2 eieren
- ❖ 2 el gesmolten boter of zonnebloemolie
- ❖ snufje zout

voor de traditionele kwarkvulling:

- ❖ 400 g stevige Poolse kwark twaróg*
- ❖ 1 eidooier, optioneel, voor extra romigheid
- ❖ 2 à 3 el suiker, naar smaak
- ❖ 1 tl vanillesuiker of vanille-extract
- ❖ 1 el zure room of slagroom, om het smeug te maken

Materiaal: beslagkom, garde, koekenpan met antiaanbaklaag

Zo maak je het:

1. Doe de bloem, eieren, melk, het bruiswater en het zout in een kom.
2. Mix tot een volledig glad en dun beslag. Roer er op het laatst de gesmolten boter of olie doorheen.
3. Laat het beslag 15 tot 30 minuten rusten op het aanrecht.
4. Dit voorkomt dat de pannenkoekjes taai worden en zorgt dat ze minder snel scheuren.
5. Verhit een koekenpan met anti-aanbaklaag op middelhoog vuur.
6. Vet de pan de eerste keer heel licht in met een kwastje olie.
7. Giet een dunne soeplepel beslag in de pan en draai de pan snel rond zodat de bodem bedekt is.
8. Bak de pannenkoek ongeveer 1 minuut tot de bovenkant droog is en de onderkant licht goudbruin.
9. Draai om en bak de andere kant nog 30 seconden.
10. Leg de pannenkoeken op een bord en dek ze af met een ander bord om ze zacht te houden.

De vulling maken en rollen

11. Prak de twaróg (kwark) fijn met een vork in een kom.
12. Meng de eidooier, suiker, vanillesuiker en de zure room erdoor tot je een smeug, smeerbaar mengsel hebt.
13. Neem een pannenkoek en besmeer deze met een dunne laag van het kwarkmengsel.

Je kunt ze op twee manieren afwerken:

14. Rol de pannenkoek strak op als een wrap.
15. Vouw de pannenkoek in tweeën, en daarna nogmaals in tweeën zodat er een kwartpunt (driehoek) ontstaat.

De geheime Poolse finishing touch

16. In Polen worden de gevulde pannenkoeken vlak voor het serveren traditioneel nog heel even kort opgebakken in een koekenpan met een klontje roomboter.
17. Hierdoor smelt de suiker in de kwark een beetje, wordt de buitenkant lekker knapperig en warmt de vulling op.
18. Serveer ze warm met een scheutje zure room, verse bessen of een extra snufje poedersuiker.

* Twaróg is te koop bij Poolse supermarkten of gebruik een stevige Griekse kwark.

BRON: AI

