

INTERNATIONALE PANNENKOEKEN



Portugese pannenkoeken - Crêpes de Bacalhau

⌚ 60 minuten + 24 uur

Dit heb je nodig:

- ❖ 250 g bloem
- ❖ 2 eieren
- ❖ 500 ml melk
- ❖ snuf zout
- ❖ klontje gesmolten boter

voor de bacalhauvulling:

- ❖ 400 g bacalhau, vooraf ontzout en geplozen
- ❖ 1 ui
- ❖ 2 teentjes knoflook, fijngesneden
- ❖ 1 rode paprika, in kleine blokjes
- ❖ 200 ml kookroom of lichte bechamelsaus
- ❖ olijfolie
- ❖ peterselie
- ❖ peper
- ❖ nootmuskaat
- ❖ geraspte kaas, voor de afwerking

Materiaal: beslagkom, garde, koekenpan met antiaanbaklaag, ovenschaal

Zo maak je het:

Voorbereiding

1. Zorg dat de bacalhau minimaal 24 uur van tevoren is geweekt in koud water (ververs het water regelmatig) om het overvloedige zout te verwijderen.
2. Kook de vis kort, verwijder eventuele graten en vel, en pluiz de vis fijn.

Bereiding

3. Meng de bloem, eieren, melk en een snuf zout tot een glad pannenkoekenbeslag.
4. Bak hier in een hete pan met wat boter dunne crêpes van en zet ze apart.
5. Fruit de ui, knoflook en paprika aan in een ruime scheut olijfolie.
6. Voeg de geplozen kabeljauw toe en bak kort mee.
7. Roer de kookroom of bechamelsaus erdoor tot er een gebonden, smeùige massa ontstaat.
8. Breng op smaak met peper, nootmuskaat en verse peterselie.
9. Verwarm de oven voor op 200°C.
10. Leg op elke pannenkoek een flinke schep van het vismengsel, rol ze strak op en leg ze naast elkaar in een ingevette ovenschaal.
11. Maximaliseer de smaak door er nog een klein beetje saus en een gulle hand geraspte kaas overheen te strooien.
12. Bak de schaal ongeveer 15 tot 20 minuten in de oven tot de kaas goudbruin en gesmolten is.

BRON: [AI](#)

