

INTERNATIONALE PANNENKOEKEN



Portugese pannenkoeken - Tripa de Aveiro

⌚ 50 minuten

Dit heb je nodig:

- ❖ 250 g bloem
- ❖ 100 g suiker
- ❖ 3 eieren
- ❖ 500 ml melk
- ❖ 60 g gesmolten ongezoeten roomboter
- ❖ snufje zout
- ❖ kaneelpoeder

voor de vulling

- ❖ 5 eidooiers + 1 heel ei
- ❖ 250 g suiker
- ❖ 125 ml water
- ❖ 1 kaneelstokje
- ❖ 1 stukje citroenschil

Materiaal: beslagkom, garde, koekenpan met antiaanbaklaag

Zo maak je het:

1. Meng de eieren en de bloem in een kom tot een glad mengsel.
2. Giet geleidelijk de koude melk erbij terwijl je goed blijft roeren.
3. Voeg de suiker, het snufje zout en de gesmolten boter toe en mix tot een egaal beslag.
4. Laat het beslag 30 minuten rusten.
5. In de tussentijd maak je de vulling.
6. Breng het water, de suiker, het kaneelstokje en de citroenschil in een steelpan aan de kook tot de suiker volledig is opgelost en een lichte siroop vormt.
7. Haal daarna van het vuur en laat iets afkoelen.
8. Klop de eidooiers en het hele ei los in een hittebestendige kom.
9. Giet de warme suikersiroop (zonder kaneel en citroenschil) heel langzaam en in een dun straaltje bij de eieren, terwijl je continu hard blijft kloppen met een garde om te voorkomen dat het ei stolt.
10. Giet het mengsel terug in de pan.
11. Verwarm het op laag vuur en blijf roeren tot de crème indikt tot de dikte van vla.
12. Laat het daarna afkoelen.
13. Verhit een pannenkoekenpan met een klein beetje boter of olie op middelhoog vuur.
14. Giet een pollepel beslag in de pan zodat er een dikke crêpe ontstaat, ongeveer 4 tot 5 mm dik.
15. Draai de pannenkoek om zodra er luchtbelletjes aan het oppervlak ontstaan.
16. Zorg dat hij zacht blijft en niet té bruin of krokant wordt.
17. Leg je vulling (zoals hazelnootpasta of eiercrème) in het midden, vouw de pannenkoek als een enveloppe dicht en serveer direct met wat kaneel.

* In de traditionele Portugese keuken bestaan pannenkoeken (panquecas) zoals wij die kennen niet echt als standaard ontbijt- of hoofdgerecht. Wel kent Portugal verschillende unieke, zoete én hartige varianten van gevulde deeggerechten en flensjes die de typisch rijke smaken van het land dragen.

Populaire Portugese pannenkoekvarianten

- ❖ **Tripa de Aveiro:** Dit is een van de bekendste Portugese pannenkoeken. Het is een zacht, opgevouwen flensje uit de kuststad Aveiro dat warm wordt geserveerd. De meest traditionele vulling is ovos moles (een zoete Portugese eidooiercrème), maar versies met chocolade of kaas zijn ook populair.
- ❖ **Crepes de Bacalhau:** Een hartige variant waarbij dunne flensjes worden gevuld met een romig mengsel van gezouten kabeljauw (bacalhau), ui en bechamelsaus. Dit wordt vaak in de oven gratineerd met wat kaas.
- ❖ **Licor Beirão Crepes:** Dunne Franse crêpes die een Portugese upgrade krijgen door ze te flamberen of te serveren met een siroop gemaakt van Licor Beirão (de iconische, kruidige Portugese nationale likeur).
- ❖ **Malasadas:** Hoewel dit technisch gezien gefrituurde gistdeegballetjes zijn, worden ze door Portugezen in de diaspora (en op Madeira) traditioneel "Portuguese pancakes" genoemd. Ze worden warm gegeten met suiker en kaneel.

BRON: AI

