

Internationale pannenkoeken



Spaanse pannenkoeken - Frisuelos

🕒 90 minuten

Dit heb je nodig:

- ❖ 250 g bloem
- ❖ 3 grote eieren
- ❖ 500 ml volle melk
- ❖ 2 eetlepels suiker
- ❖ 1 eetlepel rum of anijslikeur
- ❖ 1 bio sinaasappel of citroen, rasp
- ❖ een snufje zout
- ❖ olijfolie of boter om in te bakken

Materiaal: beslagkom, garde of elektrische handmixer, koekenpan met antiaanbaklaag

Zo maak je het:

1. Klop de eieren los in een grote kom.
2. Voeg de melk, suiker, rum, het zout en de sinaasappelrasp toe.
3. Zeef de bloem er beetje bij beetje bij en mix met een garde tot een dun, glad beslag zonder klontjes.
4. Laat het beslag minimaal 15 tot 30 minuten rusten op het aanrecht zodat de smaken goed intrekken.
5. Verhit een drupje olie of boter in een koekenpan met anti-aanbaklaag op middelhoog vuur.
6. Giet een kleine hoeveelheid beslag in de pan en draai de pan snel rond zodat de bodem flinterdun bedekt is.
7. Bak de pannenkoek tot de randjes loslaten en de onderkant licht goudbruin is ca. 1 minuut.
8. Draai voorzichtig om met een spatel en bak de andere kant nog 30 seconden.
9. Leg de pannenkoek op een bord en strooi er direct een laagje kristalsuiker overheen.
10. Leg de volgende pannenkoeken er direct bovenop zodat de suiker smelt door de warmte.
11. Rol ze op en serveer warm

* De drie belangrijkste soorten Spaanse pannenkoeken

- ❖ Frisuelos (Asturië en León): Dit zijn flinterdunne pannenkoekjes die erg lijken op Franse crêpes. Traditioneel worden ze op smaak gebracht met een scheutje rum of anijslikeur en geraspte sinaasappelschil. Men serveert ze opgerold met een flinke laag suiker of gevuld met banketbakkersroom (crema pastelera).
- ❖ Filloas (Galicië): Deze Noord-Spaanse pannenkoekjes worden traditioneel gemaakt tijdens het carnaval (Entroido). Het beslag bestaat uit bloem, eieren en melk, maar wordt soms aangelengd met vleesbouillon of zelfs varkensbloed (filloas de sangre) na de traditionele slacht. Ze worden vaak hartig gegeten.
- ❖ Tortitas (Algemeen): Dit is het Spaanse woord voor de dikkere, luchtige pannenkoekjes die erg populair zijn in Spaanse café's voor het middaghapje (merienda) of de brunch. Ze worden steevast geserveerd met een flinke toef slagroom en chocoladesiroop. Op de Canarische Eilanden maakt men een variant met geprakte banaan in het beslag (tortitas de plátano)

BRON: AI

