

MARLEY SPOON



Pannenkoek met spinazie

en brie, champignons en pecans



30-40min



2 personen

Vandaag maak je een hartige variant op de oer-Hollandse pannenkoek! Door spinazie en kruiden door het beslag te mixen krijgt de pannenkoek een heldere groene kleur en extra smaak. En ongemerkt eet je op deze manier nog extra groenten ook! Samen met de romige brie, crunchy pecans, aardse champignons en frisse salade wordt dit een pannenkoek die je blij zal verrassen.

Wat je van ons krijgt

- spinazie
- pecannoten ¹⁵
- zelfrijzend tarwemeel ¹
- verse kruidenmix: basilicum & peterselie
- melk ⁷
- roombrie ⁷
- tomaat
- champignons

Wat je thuis nodig hebt

- 2 eieren ³
- azijn
- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- garde
- grote koekenpan
- maatbeker
- middelgrote koekenpan
- staafmixer

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Kooktip

Maak van de rest van de bloem een lekkere ontbijtpannenkoek door de bloem met 1 geprakte banaan, 1 ei, 3el water of melk, een snuf zout, een snuffe kaneel of vanille te mengen.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

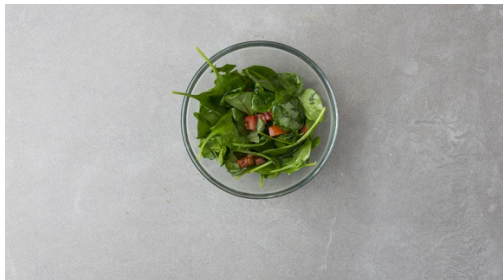
Voedingswaarde per portie

calorieën 840.0kcal, vet 53.3g, eiwit 39.8g, koolhydraten 46.7g



1. Beslag maken

Pluk en hak de **basilicumblaadjes**. Was de spinazie grondig. Doe de **basilicumsteeltjes, helft van de spinazie, melk, peterselie**, 2 eieren en een snuf zout en peper in een hoge maatbeker en pureer glad. Doe **100g tarwebloem (zie kooktip, links)** in een kom en voeg beetje bij beetje het **spinaziemengsel** toe. Roer met een garde glad.



4. Salade maken

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **pecannoten** in 2-3min goudbruin. Neem uit de pan en zet opzij om af te koelen. Maak intussen in een grote kom een **dressing** van 1el olijfolie, 1tl azijn en een snuf zout en peper. Roer de **rest van de spinazie, gehakte basilicumblaadjes** en **tomatenstukjes** erdoor.



2. Pannenkoeken bakken

Verhit 1tl olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Zorg dat de pan goed heet is voordat je het **beslag** toevoegt. Schep dan een **soeplepel beslag** in de pan, draai de pan rond en bak de **pannenkoek** in ca. 2-3min per kant goudbruin en gaar. Haal uit de pan en houd warm. Herhaal tot het **beslag** op is.



5. Champignons bakken

Verhit 1el olijfolie in de gebruikte koekenpan op hoog vuur en bak de **champignonplakjes** in 4-5min goudbruin. Breng op smaak met zout en peper.



3. Ingrediënten voorbereiden

Halveer de **tomaat** en snijd in stukjes. Boen de **champignons** schoon en snijd ze in plakjes.



6. Pecannoten hakken

Hak de afgekoelde **pecannoten** grof en snijd de **brie** in zo dun mogelijke plakken. Beleg de **pannenkoeken** met een flinke opscheplepel **champignons**, een paar **plakjes brie** en een paar **pecannoten**. Klap de **pannenkoeken** dubbel en leg **2 gevulde pannenkoeken** op elk bord. Serveer met de **salade** ernaast.