

Id3114 web 15ceaf0994a2edf55f15ae8d428aa344

Hartige gehaktpannenkoekjes

met ponzusaus en groene salade



30-40min



2 personen

Eet je je pannenkoeken alleen met zoete toppings? Dan verrassen we je graag met deze hartige variant die losjes gebaseerd is op typisch Aziatische smaken. De zoetzure ponzusaus past fantastisch bij het bruin gebakken gehakt. De crunch in het gerecht komt van de salade van babyromanasla en komkommer en de pannenkoek top je verder met de frisse, groene basilicum. Wat ons betreft eten we zo elke d...

Wat je van ons krijgt

- rundergehakt
- verse kruidenmix: koriander & munt
- minikomkommer
- babyromanasla
- wortel
- rode ui
- verse gember
- sojasaus ^{1,6}
- limoen
- eieren ³

Wat je thuis nodig hebt

- azijn
- bloem ¹
- olijfolie
- peper en zout
- plantaardige olie
- suiker

Kookgerei

- 2 middelgrote koekenpannen
- dunschiller
- fijne keukenrasp
- garde
- maatbeker
- weegschaal

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

Allergenen

gluten (1). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 799.0kcal, vet 37.8g, eiwit 38.6g, koolhydraten 71.3g



1. Beslag maken

Kluts de **eieren** los in een kom en voeg dan 150-200ml water en een snuf zout toe. Klop er dan met een garde beetje bij beetje in totaal 150-175g bloem door. Laat het **beslag** tot stap 4 rusten.



4. Pannenkoeken bakken

Verhit 1el plantaardige olie in een middelgrote koekenpan. Voeg een kleine **soeplepel beslag** toe, draai de pan aan de steel rond en bak het **pannenkoekje** in 2-3min per zijde goudbruin en gaar. Herhaal tot het **beslag** op is. Gebruik evt. twee koekenpannen.



2. Smaakmakers voorbereiden

Halveer, pel en snijd de **ui** in dunne, halve ringen. Schil en hak of rasp de **gember** fijn.



5. Ponzusaus maken

Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** boven een kommetje uit. Voeg daar de **sojasaus**, **1tl limoenrasp** en 1-2tl suiker aan toe en roer door tot de suiker is opgelost. Maak in een 2e kommetje een dressing van 1-2el azijn, olijfolie, 1el water, zout, peper en suiker.



3. Groenten voorbereiden

Snijd de **minikomkommer** in de lengte in vier repen en dan schuin in plakjes. Schil de **wortel**, snijd hem in de lengte doormidden en dan schuin in plakjes. Snijd het **kropje babyromanasla** in dunne reepje. Pluk de **verse kruidenblaadjes** en hak ze grof, doe de steeltjes weg.



6. Vlees bakken

Verhit 1-2el olijfolie in een tweede middelgrote koekenpan en bak het **rundergehakt** 2-3min. Voeg de **ui**, **wortel** en **gember** toe en bak 2-3min mee. Voeg dan de **ponzusaus** toe en kook nog 1-2min. Beleg de **pannenkoekjes** met het **gehaktmengsel** en de **verse kruiden**. Meng de **sla** en **komkommer** met de **dressing** in een kom. Serveer de **pannenkoekjes** met de **salade**.