



American pancakes met courgette

met vijgen, peer en pindakaasstroop



30-40min



2 personen

Toen chef Naomi deze courgettepannenkoekjes uit de testkeuken toverde, werd ze juichend ontvangen. Logisch, want alles klopt aan dit gerecht: de zachte courgettepannenkoekjes, de gedroogde vijgen, zoete peer, en natuurlijk de heerlijke pindakaasstroop. En dit succesnummertje is nog vegan ook.

Wat je van ons krijgt

- 1 courgette
- 2 peren
- 1 zakje gedroogde vijgen
- 3 kuipjes ahornsiroop
- 2 zakjes pindakaas ⁵
- 2 pakjes bloem ¹
- 1 zakje bakpoeder
- 1 zakje speculaaskruiden
- 1 pakje sojaroomb ⁶
- 1 zakje pompoenpitten

Wat je thuis nodig hebt

- suiker
- zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- 2 grote koekenpannen
- kleine kookpan
- garde
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef

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

Allergenen

gluten (1), pinda's (5), soja (6). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1326kcal, vet 55.8g, koolhydraten 165.6g, eiwit 39.0g



1. Peer snijden

Verwarm de oven voor op 220°C. Rasp de **courgette** grof en doe in een zeef. Druk er zo veel mogelijk vocht uit. Schil de **peren**, verwijder het klokhuis en snijd ze in de lengte in dunne plakjes. Verdeel over een bakplaat met bakpapier, bestrooi met een snuf suiker en bak 8-10min in de oven.



4. Beslag maken

Meng de **bloem** met het **bakpoeder**, de **speculaaskruiden**, 1el suiker en een flinke snuf zout. Voeg de **sojaroomb**, 150ml water, 1el (appelsider)azijn en de **courgetterasp** toe en roer tot een vloeibaar, dik **beslag** ontstaat.



2. Vijgen wellen

Wel de **vijgen** in warm water.



3. Pindakaasstroop maken

Doe de **ahornsiroop**, **pindakaas** en 30-40ml warm water met een snuf zout in een kleine kookpan. Warm op laag vuur op, maar laat de **sous** niet aan de kook komen. Houd de **sous** warm tot het serveren.



5. Pannenkoeken bakken

Verhit 2 grote koekenpannen op middelhoog vuur met 1el olie. Schenk **per pannenkoekje** 1 volle pollepel **beslag** in de pan en bak de **pannenkoekjes** in ca. 2min per zijde goudbruin en gaar. Je kunt meerdere **pannenkoekjes** tegelijk in de pan bakken. Herhaal tot al het **beslag** op is en zet evt. het vuur lager en voeg tussentijds extra olie toe.



6. Serveren

Giet de **vijgen** af. Verdeel de **pannenkoeken** in stapeltjes op de borden en top met de **peer** en **vijgen**. Schenk de **pindakaasstroop** erover en bestrooi met de **pompoenpitten**.