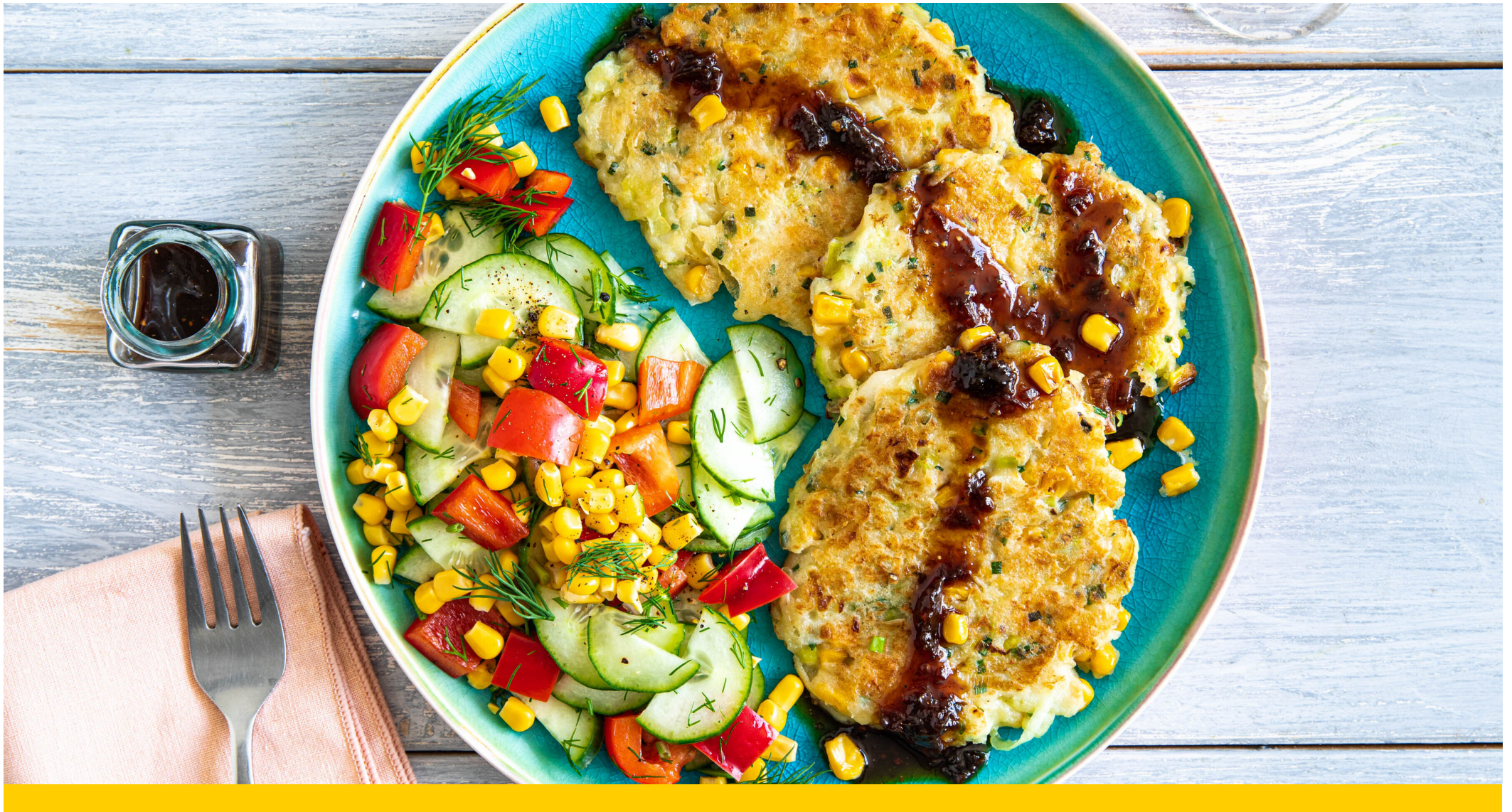




Vegan maïspannenkoekjes met prei en paprika-komkommersalade met dille



ca. 30min



2 personen

Groenten in overvloed is het motto van vandaag! En deze heerlijke pannenkoekjes met prei, maïs en vegan kaas zijn ook nog eens heel gemakkelijk te bereiden. Voeg er een uienmarmelade aan toe en een knapperige, frisse salade met paprika en komkommer, en je bent klaar om te schitteren in de zon!

Wat je van ons krijgt

- 1 prei
- 1 blik maïs
- 20g verse kruidenmix: bieslook en dille
- 150g tarwebloem ¹
- 1 zakje vegan geraspte kaas
- 1 pakje sojaroom ⁶
- 1 minikomkommer
- 1 rode paprika
- 2x uienmarmelade ¹²

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- grote koekenpan
- soeplepel
- zeef

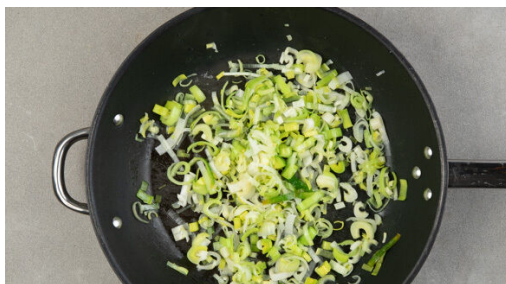
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), soja (6), zwaveldioxide en sulfieten (12). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 962kcal, vet 51.6g, koolhydraten 100.5g, eiwit 19.9g



1. Prei garen

Snijd de **prei** in de lengte doormidden en dan in reepjes. Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie en bak de **prei** met een snuf zout in ca. 2min zacht. Doe de **prei** in een grote kom. Veeg de pan schoon en zet opzij.



2. Beslag maken

Giet de **maïs** af en laat uitlekken. Snijd de **bieslook** in ringetjes en voeg het samen met de **helft van de maïs**, de **bloem** en de **vegan kaas** toe aan de **prei** in de kom en meng goed. Roer dan de **sojaroom** en een flinke snuf zout en peper erdoor.



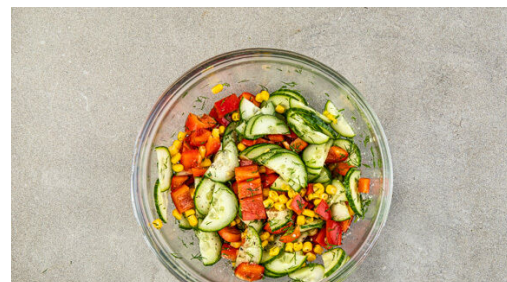
3. Pannenkoekjes bakken

Verhit de koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Voeg **2-3el beslag** per **pannenkoekje** toe aan de pan en bak op deze manier afhankelijk van de grootte van je pan meerdere **pannenkoekjes** tegelijk. Bak ze in 3-4min per zijde goudbruin en gaar. Zet evt. het vuur lager en voeg meer olie toe. Bak op deze manier ca. **6 pannenkoekjes**.



4. Groenten snijden

Snijd de **komkommer** in de lengte doormidden en dan in plakjes. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in stukjes. Hak de **dille** fijn.



5. Salade maken

Meng de **komkommer**, de **paprika** en de **dille** met de **rest van de maïs** en 2el azijn. Breng de **salade** op smaak met zout en peper.



6. Marmelade afmaken

Roer de **uienmarmelade** los met 2tl azijn en 2tl water en breng goed op smaak met peper. Serveer de **pannenkoekjes** met de **salade** en besprenkel ze met de **uienmarmelade**.