



Stellingkorenmolen "de Fortuin"

Molenbelt 5, Hattem

038-4443990

www.molendefortuin.nl

Recept pannenkoeken

Basisrecept van de vrijwillig molenaars van "de Fortuin" voor 4 kleine pannenkoeken.

- 125 gr. Molenaarsvolkorenmeel
- 250cc melk
- 1 ei
- sla- of zonnebloemolie of boter
- Naar smaak aanvullen met : snufje zout en/of theelepel kaneel en/of scheut bier.

Klop het ei met zout/kaneel/bier. Voeg het molenaarsvolkorenmeel toe en zoveel melk tot het niet meer stuift. Doorroeren tot er een glad beslag ontstaat, daarna melk toevoegen tot het beslag de gewenste dikte (een dikte van dunne yoghurt bevat ons goed) heeft om goed uit te lopen. Verhit olie/boter in een koekenpan en maak het goed heet zonder dat het gaat walmen. Bedek de bodem met een egaal laagje beslag. Langzaam aan beide kanten gaar en goudbruin bakken. De pannenkoek niet keren voor de bovenkant praktisch droog is.

Variaties:

Voeg aan het beslag een handje geweekte krenten of rozijnen of wat fijngesneden gember toe. Doe eerst appelschijfjes of zacht uitgebakken spek in de pan. Daarover het beslag schenken.

Met molenaarsvolkorenmeel worden de pannenkoeken voedzaam en stevig. Luchtiger wordt het door bij 2 porties van het basisrecept een extra ei aan toe te voegen, of 50 gr. volkorenmeel vervangen door 50 gr. bloem.

Aardappelpannenkoeken:

Voeg aan het basisrecept 250gr. geraspte aardappels toe, en op smaak brengen met zout en peper, daarna bakken. Net zo bakken als de kleine pannenkoeken. Voeg er ook eens wat gesnipperde ui of sjalot aan toe.