

Aziatische pannenkoekjes

Okonomiyaki hartige Aziatische pannenkoekjes

Menugang

Bijgerecht

Aantal personen

4 personen

Bereidingstijd

55 minuten

Benodigdheden

Kookplaat

Ingrediënten pannenkoekenbeslag

- 200 ml water
- 1 bouillonblokje naar keuze
- 160 gram bloem
- 1 zakje bakpoeder (16 gram)
- 4 eieren of eivervanger
- 500 gram Chinese kool ⁴
- 4 stengels lent-ui
- Olie om in te bakken

Ingrediënten Okonomiyakisaus

- 60 gram tomatenketchup
- 4 el Worcestershiresauce
- 2 el zoete soyasaus / ketjap
- 2 el Suiker

Ingrediënten Wasabi dressing

- 4 el mayonaise
- 2 tl wasabi

Bereidingswijze

Aziatische pannenkoekjes:

1. Verkruiemel het bouillonblokje in het water en voeg – al roerend met een garde- de bloem, het bakpoeder en de eieren toe. Meng dit goed tot een beslag
2. Snijd de chinese kool in reepjes en de lenteui in ringen. Voeg alle kool en de helft van de lente- ui aan het beslag toe.
3. Verhit een koekenpan¹ op stand 7 ² en giet een beetje olie in de pan.
4. Bak de pannenkoekjes in een diameter van ca 10 centimeter goudbruin en gaar.
5. Leg de pannenkoekjes op een schaal en houd ze warm ³ tot ze allemaal gebakken zijn.
6. Tijdens het bakken van de pannenkoekjes heb je tijd om de wasabidressing en de okonomiakisaus te maken.

Okonomiyakisaus:

1. Meng de tomatenketchup, Worcestershiresauce, zoete soyasaus / ketjap en de suiker tot een egale saus. Bewaar tot gebruik.

Wasabidressing:

1. Meng de (vegan) mayonaise en de wasabi en bewaar tot gebruik.

Opmaken en serveren:

1. Leg alle pannenkoekjes mooi op een bord of schaal en garneer ze met de rest van de gesneden bosui.
2. Besprenkel met de okonomyakisaus en met de wasabidressing.

TIPS:

Vegan optie

- Vervang de eieren van het beslag door 20 gr vegan eivervanger te vermengen met 200ml bruisend water
- Vervang de mayonaise van de wasabidressing voor een vegan variant.

¹ Gebruik een teppanyaki grillplaat om de pannenkoekjes te bakken. Vet van tevoren de teppanyaki grillplaat in met olie. Dat is voldoende om de pannenkoekjes te bakken. Keer ze om met een spatel.

² Gebruik de braadsensor van de inductiekookplaat op stand 4

³ Zet de warmhoudlade op stand 4 en houd de pannenkoekjes warm

Of stel de oven in op de stand 'warmhouden' 60 graden en zet de pannenkoekjes in de oven.

⁴ Dit gerecht leent zich er prima voor om restjes en/ of andere groente soorten op te maken. Gebruik de restjes of andere groentes zoals paprika, geraspte wortel, bleekselderij, spitskool, rodekool, in plaats van de Chinese kool. Variatie kan altijd.