

Aan de slag

MET PANNENKOEKEN

demeyere
BELGIUM



Love cooking, Love discovering.



Pannenkoeken

INHOUDSTAFEL

Het ABC van pannenkoeken	04
Aan de slag	06
Go the extra mile	14
Recepten	
Basisbeslag voor pannenkoeken	21
Krokante hartige pannenkoek met ham	22
Vegan bananenpannenkoek	24
Blini's van roggebloem	26
Poffertjes	28
Hartige pannenkoek met spinazie en groene kruiden	30
Hartige pannenkoek met wortel en aardappel	32
Lactose- en glutenvrije pannenkoek	34
Vegan pannenkoeken	36
Over Demeyere	38

Het ABC

VAN PANNENKOEKEN

In heel wat landen zijn er fans van heerlijke zoete of lekker hartige pannenkoeken. Veel van die recepten legden een lange reis door de geschiedenis af. Zo ontstonden er tal van vormen en variaties.



DE OORSPRONG

De oorsprong van pannenkoeken is niet gelinkt aan één gebeurtenis. In elke cultuur en tijd komen ze wel in een of andere vorm voor. Zo worden pannenkoeken al vermeld in gedichten van de oude Grieken.

De Romeinen gingen met melk, eieren en bloem aan de slag en werkten hun pannenkoeken af met fruit en honing of met kaas en vlees.

De eerste sporen van een recept in onze regio zien we bij de terugkeer van de kruisvaarders uit China en Nepal. De koek werd gebakken van een mengsel van boekweit, water en melk.

Tijdens de middeleeuwen begon de pannenkoek meer te lijken op de versie die wij vandaag kennen.



PANNENKOEKEN EN CARNAVAL

In de middeleeuwen bakten de mensen pannenkoeken om de eieren op te maken voordat de vastenperiode begon. Deze traditie hoort dus bij carnaval, het uitbundige feest vlak voor de sobere periode in aanloop naar Pasen.

Soorten pannenkoeken

Pfannkuchen

de in reepjes gesneden en bij de soep gegeten pannenkoek uit Duitsland.

Crêpes

dunne pannenkoek die in Frankrijk, België, Zwitserland en Portugal geserveerd wordt met een zoete of hartige vulling.

Galette (of galette bretonne) grote dunne pannenkoek van boekweitmeel uit Bretagne, vaak slechts aan één kant gebakken.

Crespella of scrippella

de Italiaanse tegenhanger van de crêpe.

Flapjack

de Amerikaanse versie, opgediend in kleine stukjes.

Lettu

Finse pannenkoeken, meestal als dessert gegeten met slagroom of speciale pannenkoekenjam, suiker of vanille-ijs.



Aan de slag

DE PERFECTE
PANNENKOEK

DE GOEDE VOORBEREIDING

Kies voor verse ingrediënten en maak je pannenkoekenbeslag op voorhand klaar. Laat het afgedekt even rusten in de koelkast, dat komt de smaak ten goede.

Gebruik geen suiker in je beslag. Suiker heeft de neiging om te karamelliseren en aan te branden. Strooi beter achteraf suiker op de pannenkoek.

Nog op zoek naar een goed basisrecept? Kijk snel op pagina 18.

HET GESCHIKTE GEREEDSCHAP

Neem een goede pannenkoekenpan. Een antikleefpan voor een degelijk en zeker resultaat. Of – onze voorkeur – een roestvrijstalen exemplaar als je je baksels graag krokanter en nog smakelijker hebt. Twijfel je? Kijk en vergelijk in het topgamma pannenkoekenpannen van Demeyere.

ONTDEK HIER



Hoe bakken?

PANNENKOEKEN
BAKKEN DOE JE ZO



Je eerste pannenkoek kan mislukken. Dat is niet erg.

GA DOOR.

Pannenkoeken bakken is iets dat je in de vingers moet krijgen. De kunst is om wat te 'spelen' met de stand van het vuur, zodat je pan een continue temperatuur aanhoudt. Hoe dikker je pan, hoe eenvoudiger dit is.

Roestvrijstalen pan

BAKKEN IN EEN
ROESTVRIJSTALEN PAN



1.



Warm je pan rustig op tot 70 à 80% van het totale vermogen van je kookplaat.

Op inductie: blijf van de boosterfunctie af, anders kan het deeg verbranden in het midden van de pan.

2.



Gebruik voldoende boter om de pan volledig in te vetten. De pan is op temperatuur zodra het schuim van de boter wegtrekt ... bakken maar! Doe je beslag in de pan en verspreid het.

3.



Bak de pannenkoek tot het deeg aan de bovenkant droger wordt en de randjes krokant zijn.

4.



Draai dan om en bak nog een minuut de andere zijde.

1.



Warm je antikleefpan rustig op tot 80 à 90% van haar totale vermogen.

Op inductie: blijf van de boosterfunctie af, anders kan het deeg verbranden in het midden van de pan.

2.



Om de koekenpan in te vetten gebruik je best arachideolie of gesmolten boter. Smeer een dun laagje vetstof uit over de pan. Dat lukt het makkelijkst met een keukenkwastje. Doe je beslag in de pan en verspreid het.

3.



Bak de pannenkoek tot het deeg aan de bovenkant droger wordt.

4.



Draai dan om en bak nog een minuut de andere zijde.



Antikleefpan

BAKKEN IN EEN ANTIKLEEFPAN

ONDERHOUD VAN JE PANNENKOEKENPAN

Klaar? Laat de pan even afkoelen en week ze dan in een sopje van warm water met afwasmiddel. Daarna krijg je ze zo weer schoon met een zacht schuursponsje. Onze pannenkoekenpannen kunnen in de vaatwasser. Toch bevelen we handwas sterk aan. Vaatwasserproducten worden namelijk steeds agressiever en kunnen het aluminium dat deel uitmaakt van de bodem aantasten.

Koos je een pannenkoekenpan met een antikleeflaag? Voor het optimale behoud van de antikleefeigenschappen dien je de pan na elk gebruik vetvrij te maken. Gebruik tijdens het bakken enkel siliconen of houten keukentools.

Go the extra mile

CREATIEF AAN DE SLAG

Met pannenkoeken kan je echt creatief aan de slag. Het is ondertussen zelfs een heuse trend.

DOE JE MEE?



Neem een foto en deel op social media, met de vermelding #demeyere. Zo kan iedereen meegenieten van jouw unieke creatie.

NEEM EEN FOTO EN DEEL JE CREATIE OP SOCIAL MEDIA.

ZEKER #DEMEYERE NIET VERGETEN!

HOE GA JE AAN DE SLAG?



Eenvoudig personaliseren van pannenkoeken:

Maak in karton een sjabloon van een figuur of een logo. Leg het op de pannenkoek en strooi er poedersuiker op. Verwijder voorzichtig het sjabloon.



Eenvoudige tekeningen:

Voeg cacao poeder toe. Zo bekom je donkerdere tinten. Giet het beslag over in een knijpfles. Teken daarmee een eenvoudige figuur in de pan.



Zin in een uitdaging?

Verdeel je beslag over een aantal kommetjes. Voeg aan elke portie een andere eetbare kleurstof of cacao poeder toe. Zo bekom je verschillende tinten. Giet elke kleur beslag over in een knijpfles. Teken daarmee een figuur of abstract patroon in de pan.

Dit heb je nodig:

- Basisbeslag
- Voedingskleurstof en/of cacao poeder
- Enkele knijpflessen, afhankelijk van het aantal kleuren
- Een creatief idee

AAN JOU OM CREATIEF TE ZIJN
EN DEEL ZEKER JE CREATIE OP SOCIAL MEDIA.

VEEL PLEZIER



NU IS HET AAN JOU:

- Warm je pan goed op en vet in zoals je normaal zou doen.
- Zet dan je vuur op een lage setting
- Teken de lijnen van je figuur met een gekleurd beslag en vul daarna de vlakken in.
- Overgiet met een laagje extra beslag om het geheel aan elkaar te binden.
- Bak de pannenkoek tot het deeg aan de bovenkant droger wordt en de randjes krokant zijn. Draai dan om en bak nog een minuut de andere zijde.

Neem een foto en deel op social media, met de vermelding #demeyere. Zo kan iedereen meegenieten van jouw unieke creatie.



BESLAG VOOR CREATIEVE PANNENKOEKENTEKENINGEN



Ingrediënten

- 500 ml melk
- 3 eieren
- 100 g zelfrijzende bloem
- 120 g bloem
- scheutje zonnebloemolie

TIPS & TRICKS:

werk op een matig vuur, zodat je tijd hebt om je tekening af te werken. Eerst de contouren en daarna de inkleuring. En gebruik geen suiker in je beslag. Suiker heeft de neiging om te karamelliseren en aan te branden. Strooi beter achteraf suiker op je pannenkoek.

Bereiding

1. Breek de eieren in een grote mengkom, klop ze los en voeg de melk toe. Zeef de zelfrijzende en gewone bloem al roerend bij het mengsel en klop met een garde tot een glad beslag. Doe pas als laatste de gesmolten boter en het snuifje zout in het beslag en roer goed door. Op die manier krijg je een gladder beslag met minder klontertjes. Je kan ook starten met de bloem en daar de vloeibare ingrediënten aan toevoegen, maar dan heb je meer kans op klontertjes.
2. Je kan direct aan de slag, maar het is nog beter om het beslag even te laten rusten. Zo krijg je een mooier beslag en heerlijke pannenkoeken.
3. Verdeel je beslag over een aantal kommetjes. Voeg aan elke portie een andere eetbare kleurstof of hoeveelheid cacao poeder toe. Zo krijg je verschillende tinten.
4. Giet elk beslag over in een knijpfles.
5. Neem je Demeyere pannenkoekenpan en breng ze op temperatuur. Vet in met een beetje boter of bakmargarine en teken met je knijpfles een figuur of abstract patroon in de pan.



Recepten

INSPIRATIE
VOOR HEERLIJKE
PANNENKOEKEN

Zelf pannenkoeken maken? Demeyere geeft jou de lekkerste pannenkoek recepten én handige tips om de origineelste of gezondste pannenkoeken te maken. Eet smakelijk!

BASISBESLAG VOOR PANNENKOEKEN

Bereiding

1. Breek de eieren in een grote mengkom, klop ze los en voeg de melk toe. Zeef de bloem al roerend bij het mengsel en klop met een garde tot een glad beslag. Doe pas als laatste de gesmolten boter en het snuifje zout in het beslag en roer goed door. Op die manier krijg je een gladder beslag met minder klontertjes. Je kan ook starten met de bloem en daar de vloeibare ingrediënten aan toevoegen, maar dan heb je meer kans op klontertjes.
2. Je kan direct aan de slag, maar het is nog beter om het beslag even te laten rusten. Zo krijg je een mooier beslag en heerlijke pannenkoeken.
3. Neem je Demeyere pannenkoekenpan en breng ze op temperatuur. Vet in met een beetje boter of bakmargarine en bak je pannenkoeken.
4. Werk naar smaak af met suiker of andere toppings naar wens.



10 PANNENKOEKEN

Voorbereiding: 10 min
Baktijd: 15 min

Ingrediënten

- 500 ml melk
- 220 g zelfrijzende bloem
- 3 eieren
- 30 g gesmolten boter
- snuifje zout



TIPS & TRICKS:

gebruik geen suiker in je beslag. Suiker heeft de neiging om te karamelliseren en aan te branden. Strooi beter achteraf suiker op je pannenkoek.

KROKANTE HARTIGE PANNENKOEK MET HAM



Bereiding

1. Breek de eieren in een grote mengkom, klop ze los en voeg de melk toe. Doe de maïzena bij het mengsel en meng met een garde tot een glad beslag. Doe pas als laatste de gesmolten boter en het snuifje zout en currypoeder in het beslag. Roer alles nog eens goed door. Door maïzena te gebruiken, krijg je een zeer vloeibaar beslag en dat is de bedoeling. Zodra je aan het bakken gaat, komt dit helemaal goed. Je bakt dunnere en krokantere pannenkoeken.
2. Je kan direct aan de slag, maar het is nog beter om het beslag even te laten rusten. Zo krijg je een mooier beslag en heerlijke pannenkoeken.
3. Neem je Demeyere pannenkoekenpan en breng ze op temperatuur. Vet in met een beetje boter of bakmargarine en bak je pannenkoek.
4. Wanneer je je pannenkoek draait om de andere zijde te bakken, breek je het ei in het midden van de pannenkoek. Voeg een handvol ham, paddenstoelen, verse kruiden en lente-ui toe.
5. Bestrooi met wat geraspte kaas en vouw de vier randen een paar centimeter naar binnen, zodat je een vierkant krijgt. Laat rustig verder bakken tot het ei gegaard is.

10 PANNENKOEKEN

1 pannenkoek per persoon is perfect als lunch

Ingrediënten

- 500 ml melk
- 190 g maïsblom
- 3 eieren
- 30 g gesmolten boter
- snuifje zout
- snuifje currypoeder

Topping per gebakken pannenkoek

- 1 ei per gebakken pannenkoek
- 40 g hamblokjes
- handvol schijfjes paddenstoelen
- lente-ui
- verse kruiden: peterselie, bieslook, dille, peper, zout ...
- geraspte kaas

TIPS & TRICKS:

serveer deze pannenkoek als lunch of als lichte diner.



VEGAN BANANENPANNENKOEK



TIPS & TRICKS:

vervang de amandel-, kokos- of sojamelk door gewone melk en het johannesbroodpitmeel door twee eieren. Een even lekker alternatief voor het 100% vegan recept.

4 PANNENKOEKEN

Vorbereiding: 10 min
Baktijd: 15 min



Bereiding

1. Mix of blend de havermout tot meel in een blender of keukenrobot.
2. Voeg de rest van de ingrediënten toe in de blender en mix verder tot een glad beslag.
3. Neem je Demeyere pannenkoekenpan en breng ze op temperatuur. Bak deze heerlijke bananepannenkoeken in een beetje zonnebloemolie of kokosvet.

Ingrediënten

- 140 g banaan
- 140 g havermout (gemalen)
- 500 ml amandelmelk, kokosmelk of sojamelk
- 60 g pindakaas
- snuifje zout
- 1 tl johannesbroodpitmeel

|

BLINI'S VAN ROGGEBLOEM



TIPS & TRICKS:

Serveer lekker warm als aperitiefhapjes.

Bereiding

1. Meng de melk, de zure room, de olie en het ei in een grote kom. Zeef er de roggebloem bij en voeg het bakpoeder en een snufje zout toe. Klop met een garde tot een glad beslag.
2. Laat het beslag minstens 1u rusten en doe het dan in een knijpfles.
3. Neem je Demeyere pannenkoekenpan en breng ze op temperatuur. Vet de pan in met een beetje boter of bakmargarine en bak kleine pannenkoekjes.
4. Serveer de blini's met een plakje gerookte zalm en verse kruiden, en rasp als afwerking wat citroenschil over je pannenkoek. Smakelijk!

VOOR 25 BLINI'S

Vorbereiding: 10 min
Baktijd: 15 min

Ingrediënten

Voor de pannenkoeken:

- 100 gr roggebloem
- 150 ml melk
- 1 ei
- snufje zout
- 6 gr bakpoeder
- 50 gr zure room
- scheutje zonnebloem olie

Voor de topping:

- gerookte zalm
- verse kruiden zoals dille, peterselie of bloedzuring
- geraspte citroenschil

POFFERTJES



**VOOR EEN
VIJFTIGTAL POFFERTJES**

Ingrediënten

- 100 g boekweitbloem
- 150 g bloem
- 400 ml melk
- 8 g droge gist
- 1 ei
- 60 g gesmolten boter
- snuifje zout

TIPS & TRICKS:

gebruik geen suiker in je beslag. Suiker heeft de neiging om te karamelliseren en aan te branden. Strooi beter achteraf suiker op je pannenkoek.

Bereiding

1. Laat de melk lauw worden in een steelpannetje en laat er dan de gist in oplossen.
2. Breek het ei in een grote mengkom, klop het los en voeg de lauwe melk met de gist toe. Zeef de boekweitbloem en gewone bloem al roerend bij het mengsel en klop met een garde tot een glad beslag. Doe pas als laatste de gesmolten boter en het snuifje zout in het beslag en roer goed door. Op die manier krijg je een gladder beslag met minder klontertjes. Je kan ook starten met de bloem en daar de vloeibare ingrediënten aan toevoegen, maar dan heb je meer kans op klontertjes.
3. Laat het beslag minstens 1 uur rijzen. Roer daarna nog eens goed door.
4. Neem je Demeyere pannenkoekenpan en breng ze op temperatuur. Vet in met een beetje boter of bakmargarine. Giet kleine rondjes beslag in de pan en bak kort aan beide zijden op hoog vuur.

HARTIGE PANNENKOEK MET SPINAZIE EN GROENE KRUIDEN



8 PANNENKOEKEN

Voorbereiding: 10 min
Baktijd: 15 min

Ingrediënten

Voor de pannenkoeken:

- 190 g zelfrijzende bloem
- 3 eieren
- 300 g melk
- 200 g yoghurt
- 15 g verse dille
- 5 g verse munt
- 55 g spinazie
- takje verse dragon
- 5 g zout
- peper
- scheutje olijfolie

Voor de vulling

- 200 g spinazie
- 250 g ricotta
- 2 plakjes gerookte zalm per pannenkoek
- geraspte citroenschil

Bereiding

1. Doe alle ingrediënten voor de pannenkoek in een blender of mix ze met een staafmixer tot een glad beslag. Zet opzij en laat even rusten.
2. Voor de vulling: Snij de helft van de spinazie fijn en stoof de andere helft in een ruime pot op een middelhoog vuur.
3. Doe de gestoofde spinazie samen met de fijngesneden rauwe spinazie in een mengkom en meng er de ricotta door. Kruid naar smaak met peper en zout. Zet opzij.
4. Neem je Demeyere pannenkoekenpan en breng ze op temperatuur. Vet in met een beetje boter of bakmargarine en bak je pannenkoeken.
5. Neem een pannenkoek en leg in het midden een beetje van je spinazie-ricottamengeling. Leg hierop een plakje gerookte zalm en rol je pannenkoek op. Werk af met wat geraspte citroenschil en eventueel verse kruiden, bijvoorbeeld de kruiden die je gebruikt hebt in je beslag.

HARTIGE PANNENKOEK MET WORTEL EN AARDAPPEL



TIPS & TRICKS:

serveer deze lekkere hartige pannenkoek als lunch of licht diner.

4 PANNENKOEKEN

Voorbereiding: 10 min

Baktijd: 15 min



Bereiding

1. Doe alle ingrediënten in een blender of mix met een staafmixer. Blend of mix kort en krachtig. Het beslag mag nog kleine stukjes wortel of aardappel bevatten. Mix je te lang, dan wordt het beslag te kleverig door de zetmeel in de aardappel. Zet je beslag opzij en laat het even rusten.
2. Neem je Demeyere pannenkoekenpan en breng ze op temperatuur. Vet in met een beetje boter of bakmargarine en bak je pannenkoeken.
3. Beleg je gebakken pannenkoek naar wens. Wij gingen aan de slag met veldsla, radijsjes, lente-ui, gekookte ham, verse kruiden en een paar toefjes Philadelphia-kaas.

Ingrediënten

Voor de pannenkoeken:

- 60 g grof geraspte wortel
- 200 g grof geraspte aardappel
- 40 g bloem
- 2 eieren
- 120 ml melk
- scheutje olijfolie
- peper
- zout

Voor de vulling:

- veldsla
- radijsjes
- lente-ui
- gekookte ham
- Philadelphia-kaas
- verse seizoenskruiden: dille, peterselie, waterkers ...

LACTOSE- EN GLUTENVRIJE PANNENKOEK



8 PANNENKOEKEN

Vorbereiding: 10 min

Baktijd: 15 min



Bereiding

1. Breek de eieren in een grote mengkom, klop ze los en voeg de plantaardige melk of kokosmelk toe. Zeef de boekweitbloem al roerend bij het mengsel, samen met een snuifje zout. Klop met een garde tot een glad beslag. Op die manier krijg je een gladder beslag met minder klontertjes. Je kan ook starten met de bloem en daar de vloeibare ingrediënten aan toevoegen, maar dan heb je meer kans op klontertjes.
2. Je kan direct aan de slag, maar het is nog beter om het beslag even te laten rusten. Zo krijg je een mooier beslag.
3. Neem je Demeyere pannenkoekenpan en breng ze op temperatuur. Vet in met een beetje boter of olie en bak je pannenkoeken.
4. Werk naar smaak af met suiker of andere toppings.

Ingrediënten

- 500 g plantaardige melk of kokosmelk
- 200 g boekweitbloem
- 3 eieren
- snuifje zout

TIPS & TRICKS:

gebruik geen suiker in je beslag. Suiker heeft de neiging om te karamelliseren en aan te branden. Strooi beter achteraf suiker op je pannenkoek.

VEGAN PANNENKOEKEN



TIPS & TRICKS:

gebruik geen suiker in je beslag. Suiker heeft de neiging om te karamelliseren en aan te branden. Strooi beter achteraf suiker op je pannenkoek.

5 PANNENKOEKEN

Vorbereiding: 10 min
Baktijd: 15 min



Bereiding

1. Meng de amandel- of sojamelk met de plantaardige yoghurt. Zeef de bloem al roerend bij het mengsel en klop met een garde tot een glad beslag. Doe het snuifje zout en het spuitwater bij het beslag. Roer voorzichtig door elkaar.
2. Je kan direct aan de slag, maar het is nog beter om het beslag even te laten rusten. Zo krijg je een mooier beslag en heerlijke pannenkoeken.
3. Neem je Demeyere pannenkoekenpan en breng ze op temperatuur. Vet in met een beetje olie en bak je pannenkoeken.
4. Werk naar smaak af met suiker of andere toppings.

Ingrediënten

- 120 ml amandelmelk of sojamelk
- 140 ml spuitwater
- 200 g zelfrijzende bloem
- 100 g plantaardige yoghurt
- scheutje zonnebloemolie
- snuifje zout

Over Demeyere

Love cooking,
Love discovering.



DEMEYERE, EEN UNIEKE KIJK OP KOKEN.

Onze uitgepuurde designs zien er eenvoudig uit, maar bij Demeyere is een pot of een pan nooit zomaar een pot of een pan. Gebruiksgemak, plezier en voldoening zijn altijd standaard inbegrepen. Daar zorgen onze door eten gepassioneerde ingenieurs voor. Ze vertrekken van het ideale kook- of bakresultaat en zoeken dan naar de beste materialen, constructies en technologie om dit waar te maken.

AL MEER DAN HONDERD JAAR PIONIER IN OPLOSSINGEN.

Belgen zijn bourgondiërs. We houden van lekkers en van genieten zonder gedoe. Dat heeft Demeyere meer dan een eeuw geleden reeds goed begrepen. Ons duurzaam en gebruiksvriendelijk kookgerei is ondertussen in ontelbare huishoudens, restaurants en hotels een vaste waarde. En dat al lang niet meer enkel in eigen land maar ook internationaal. In 2008 trad Demeyere toe tot het portfolio van de Zwilling Groep. Sindsdien volgen de unieke technische innovaties elkaar nog sneller op. Clever materiaal is het halve werk en geeft dubbel zoveel voldoening.



DEMEYERE MOEDIGT AAN OM TE DURVEN EN STIMULEERT OM TE SLAGEN.

Koken evolueert voortdurend. Zowel qua trends als qua persoonlijke interesses en kunnen. Het is iets wat je ontdekt, leert en waar je van gaat houden. Niemand wordt geboren als chef, maar je kan er wel een worden. Stap per stap, uitdaging per uitdaging. Samen met Demeyere.

Ontdek meer op www.demeyere.be