

Boekweit-bieten pannenkoekjes

Boekweit-bieten pannenkoekjes. M'n maandelijkse foodblogswap met collegae foodbloggers. Heb ik al eerder verteld dat dit ontzettend leuk is om te doen? Waarschijnlijk niet maar aangezien ik iedere maand met veel plezier meedoe hebben jullie dit wellicht al wel begrepen.

Foodblogger zijn is een eenzaam beroep, in mijn geval ben ik een echte hobbyist, maar het is wel lonely. Op deze manier kom je veel mensen virtueel tegen die dezelfde passie hebben. En het is zo leuk om te zien hoe iedereen zijn of haar draai geeft aan een gerecht.

Okee, deze maand was ik gekoppeld aan [Anna](#). Dit was voor mij de 2e keer; eerder heb ik al [courgette-broccoli soep](#) gemaakt geïnspireerd op een gerecht van Anna. Wederom geen straf om gekoppeld te zijn aan "[AanTafelBijAnna](#)", een grote variëteit aan gerechten; dus het was zoeken. Meestal maak ik vooraf met mezelf een afspraak wat voor een soort gerecht ik wil maken (want anders zie ik door de bomen t bos niet meer). Deze maand had ik besloten een vegetarisch gerecht te maken en ben blijven hangen bij de [boekweit-bieten pannenkoeken](#) van Anna.

Ik heb deze gemaakt met een hele kleine twist en gecombineerd met roerbakgroenten. Ik had nog het een en ander over en dit de volgende dag meegenomen naar mijn werk als lunch (collegae jaloers....!). Geniet van dit glutenvrije vegetarische gerecht.

Anna, wederom thx en tot een volgende keer!

Voor een flinke stapel kleine pannenkoekjes – als hoofdmaaltijd voor 6 personen

Bereidingstijd ongeveer 30 minuten

Ingrediënten

- 500 gram gekookte rode bieten
- 150 gram boekweitmeel
- 2 eieren
- 500-550 ml melk
- 1 kleine theelepel zout
- Wat zonnebloem of milde olijfolie om te bakken

Bereiding boekweit-bieten pannenkoekjes

1. Snij de gekookte bieten in grote stukken en doe deze in de keukenmachine (met mes).
2. Voeg de 2 eieren en het zout toe en laat de machine draaien totdat een smeüige massa wordt.
3. Voeg beetje bij beetje het boekweitmeel en de melk toe.
4. Laat alles nog een paar minuten draaien totdat de bietjes heel fijn zijn.
5. Boekweit heeft de neiging om langzamer te reageren op vocht (de melk in dit geval).
6. Als ik boekweit gebruik, laat ik dan ook altijd het mengsel even staan, en voeg daarna eventueel nog wat extra vocht toe.
7. Qua dikte, een lekker pannenkoekenbeslag dikte is de juiste dikte.
8. Verwarm wat zonnebloem- of milde olijfolie in een koekenpan en bak een paar grote of heel veel kleine pannenkoekjes.

De boekweit-bietenpannenkoekjes heb ik gecombineerd met wat roerbakgroenten en een mengsel van Griekse yoghurt en een teentje knoflook. Zo was het een heerlijke vegetarische

volwaardige maaltijd.