

Benodigdheden:

Voor 4 á 5 stuks

- 125 gram bloem
- 3 gram bakpoeder
- 2 gram baking soda
- Mespuntje zout
- 1 eigeel + 3 eiwitten
- 25 gram gesmolten boter
- 175 gram karnemelk
- 35 gram suiker
- Theelepel vanille extract
- Schil van halve citroen (optioneel)
- Ronde vorm om de pancakes in te bakken

Tip: Het is handiger om een siliconen vorm te gebruiken, eentje van ijzer wordt erg heet als hij in de pan ligt. Zo kun je dus je handen verbranden.

Bereiding:

Stap 1: Voeg de karnemelk en het eigeel samen en roer het met een garde. Voeg daarna (optioneel) de citroenschilletjes toe

Stap 2 Smelt de boter in een pannetje en voeg het daarna bij het mengsel toe. Roer het goed door elkaar.

Stap 3 Voeg nu de bloem, bakpoeder, baking soda en zout toe en roer het goed door elkaar zodat het een egaal mengsel wordt.

Stap 4 Als alles goed is geroerd voeg dan de vanille extract toe.

Stap 5 Zet het mengsel opzij. Gebruik nu een vetvrije kom en klop daar de eiwitten op met de suiker. Gebruik hiervoor een mixer. Als je kom ondersteboven kan houden, is het genoeg opgeklopt.

Tip: om de kom vetvrij te maken, neem een servetje met azijn erop en ga langs de binnenkant van de kom.

Stap 6 Voeg de opgeklopte eiwitten beetje bij beetje toe aan het bloem-karnemelk mengsel. Roer voorzichtig met steeds dezelfde beweging erdoorheen. (Als je te hard roerd, zal alle lucht uit de eiwitten gaan en krijg je geen luchtige pancakes meer)

Stap 7 Neem een pan met een dunne bodem. Bak daarin de pancakes in een rond vormpje. Draai na ongeveer 2 minuten steeds de pancakes. Na 4 minuten bakken zullen ze klaar zijn.

Tip: Om de pancakes nog lekkerder te maken, serveer ze met wat stroop/siroop en poedersuiker! Bosbessen zijn er ook zeer lekker bij.

125 gram
blo- 1. 4 gram baking soda
- 2.8 gram bakpoeder
- Mespunt zout
- 1 eigeel + 3 eiwitten
- 25 gram gesmolten boter
- 150 gram karnemelk
- 30 gram suiker (beetje voor eiwit)
- 6 gram vanille extract
- 2.8 gram Lemon Juice

Bereiding:

<https://www.youtube.com/watch?v=9MJhVk4Z1Zc>