Pompoenpannekoeken op zijn Antilliaans (4 personen)

Dit recept kan als lunchrecept maar kan, ondanks dat het een zoet recpet is, ook heel goed met vlees of vis. Kies je voor vlees, kijk dan eens naar kip van de markt.

Ingrediënten:

2 eieren

500 gram pompoen

1 eetlepel kaneelpoeder

200 ml melk

200 gram bloem

1 eetlepel bakmeel (bloem en bakmeel kan vervangen worden door zelfrijzend bakmeel)

3 eetlepels suiker

1 eetlepel plantaardige olie

Beetje zout

Snij pompoen in stukjes van ca 2 cm. Zet ze net onder water en kook 20 minuten. Zeef of pureer de pompoen.

Splits van de eieren het eiwit van de eidooier. Zet eiwit apart.

Meng de rest van de ingrediënten tot een klontvrij deeg. Klop het eiwit goed op tot het een schuim wordt. Spatel het schuim rustig door het deeg.

Doe een eetlepel olie in een grote pan en maak in deze pan 3 kleine pannekoekjes. Bak het niet te snel zodat het 1) niet verbrandt en 2) de binnenkant goed kan garen.

(ca 1 euro p.p.)