



Pannenkoeken met bloedsinaasappel



VOORBEREIDING: 20 minuten / **LATEN RUSTEN:** 2 uur / **BEREIDING:** ongeveer 30 minuten

Ingrediënten voor 6 personen

De pannenkoeken

250 g bloem
1 snuifje zout
50 cl halfvolle melk
4 eieren
1 theelepel oranjebloesemwater
20 g boter voor de afwerking

De bloedsinaasappelsaus

3 onbespoten bloedsinaasappelen
20 g suiker
1 afgestroken theelepel Maïzena®

1. Meng voor de pannenkoeken de bloem met het zout. Voeg de eieren één voor één toe en meng ze goed met de garde, verdun met de melk terwijl u alles goed klopt tot u een deeg hebt zonder klontjes (als er klontjes in zitten, giet u het deeg door een fijne zeef). Voeg het oranjebloesemwater toe en laat dit deeg minstens 2 uur rusten op kamertemperatuur.

2. Maak de bloedsinaasappelsaus: was de sinaasappels en droog ze goed af. Verwijder de schil met een dunschiller en snij deze met een scherp mes in heel fijne reepjes. Pers alle sinaasappelen uit voor het sap, verwijder de pitjes. Giet het sap in een kleine pan, voeg er de schilletjes en suiker aan toe, laat onafgedekt op een laag vuur koken tot de saus licht stroopachtig is.

3. Verwarm de oven voor op 180°C (th. 6).

4. Bak de pannenkoeken in een flensjespan met antikleeflaag, bak 2 pannenkoeken per persoon. Na het bakken vouwt u iedere gebakken pannenkoek in vieren en legt deze in een gratineerschaal. Wanneer de schaal vol is, giet u de saus over de pannenkoeken, legt u er enkele klontjes boter op en laat u ze nog 10 minuten in de oven bakken. Dien heel heet op.

TIP VAN DE CHEF

Hier hebben we gekozen voor bloedsinaasappelen omwille van hun heerlijke smaak - die doet denken aan frambozen en zwarte bessen - en hun mooie kleur. Maar u kunt deze pannenkoeken ook maken met gewone sinaasappelen, mandarijnen, clementines of pompelmoes. Het voedingswaardevoordeel van pannenkoekendeeg is dat het weinig vet bevat en dankzij de melk een interessante bron van calcium is.

