

Pannenkoeken

Tarwe:

Roer (per persoon) ongeveer 80 gram tarwemeel, 1 eetlepel sojameel en kruiden naar smaak tot een stroperig beslag. Bak in een hete pan dunne koeken aan beide kanten lichtbruin.

Boekweit:

Roer (per persoon) ongeveer 60 gram boekweitmeel, 20 gram tarwemeel en 1 eetlepel sojameel tot een stroperig beslag en laat 15 minuten staan. Bak kleine, handgrote koeken aan beide kanten lichtbruin.

Please don't print this recipe unless you really need to.
Plantaardige recepten voor een betere wereld.
[Steun Plenty Food](#)

