

# Recept

ONTBIJT - LUNCH



## Pannenkoek met wortel & basilicum

### Je hebt nodig:

- 2 eieren
- 35 g amandelmeel
- 75 g wortel geschild en geraspt
- 2 el geraspte kokos plus ½ el als garnering
- 6-8 blaadjes verse basilicum, in dunne reepjes gesneden. Bewaar wat voor de garnering.
- Vers gemalen peper, naar smaak.
- Kokosolie of olijfolie om in te bakken (kies de extra vierge varianten)

*Optioneel:* voeg een scheutje kokosmelk om beslag wat te verdunnen.

### Bereiding:

- Verwarm de pan voor op lage temperatuur van je hittebron
- Doe de eieren in een kom en klop ze luchtig met de peper.
- Voeg toe het amandelmeel, de geraspte wortel, 2 el kokos en de basilicum.
- Meng alles goed door elkaar. Voeg wat extra kokosmelk toe om een beslag van vladikte te krijgen.
- Zet je hittebron wat hoger en verhit je kokosolie of olijfolie hierin.
- Doe je beslag in je pan en verdeel het.
- Bak alles rustig op een middelmatige hitte totdat de bovenkant bijna gestold is.
- Draai de pannenkoek en bak de andere kant kort.
- Bak 1 grote of enkele kleine pannenkoeken.
- Bestrooi met de achtergehouden kokosrasp en basilicum.



love & enjoy

JOLANDA DORENBOS