

Verse bananenpannenkoeken / Fresh Banana pancakes



Boodschappenlijstje

Voor het beslag

60 gram bloem
1 eetlepel fijne suiker
1 vrije uitloop bio-ei
150 ml melk
2 eetlepels boter of olie, om in te bakken

Voor de karamelsaus

100 gram fijne suiker
50 gram boter, in blokjes

Voor de bananen

4 bananen
 $\frac{1}{2}$ eetlepel gezeefde poedersuiker gemengd
met $\frac{1}{2}$ eetlepel gezeefd cacao-poeder

Zo maak je verse bananen pannekoeken

Het beslag

Doe de bloem, suiker, het ei en de melk in een keukenmachine en mix het tot een glad beslag. Je kunt het beslag ook met de hand kloppen maar zet het 5 minuten opzij.

Zo maak je karamelsaus

Doe de suiker met 3 eetlepels water in een kleine steelpan, roer en laat dan de suiker smelten. Breng het mengsel aan de kook en laat 3-4 minuten zachtjes koken.

Of tot het een kastanjekleur heeft gekregen, draai dan de pan een paar keer voorzichtig rond.

Neem de pan van het vuur en doe de boterblokjes bij de karamel.

Roer de blokjes goed door de karamel met een houten lepel, tot het gesmolten is.

Roer 3 eetlepels slagroom door, neem de pan van het vuur en zet hem opzij om af te koelen.

Zo bak je de pannenkoeken

Bestrijk een koekenpan met wat boter of olie en zet hem op middelhoog vuur.

Schep ongeveer een kwart van het pannenkoekenbeslag in de pan.

Kantel de pan in het rond zodat de hele bodem gelijkmatig bedekt is.

Bak de pannenkoek 1,5 tot 2 minuten, draai om en bak de andere kant ook licht goudbruin.

Leg de pannenkoek op een voorverwarmd bord en bak nog drie pannenkoeken.

Halveer de bananen en gebruik 1 helft om elke pannenkoek mee te vullen.

Druppel er een beetje karamelsaus over en rol de pannenkoek op.

Leg de andere helft van de banaan erop en bedruppel die ook met karamelsaus.

Zeef het suikermengsel lichtjes over de pannenkoeken en serveer ze

Verse bananenpannenkoeken / Fresh Banana pancakes



Shopping list

For the batter

60g plain flour
1 tablespoon caster sugar
1 free-range organic egg
150ml milk
2 tablespoons butter or oil, for frying

For the caramel sauce

100g caster sugar
50g butter, cubed

For the bananas

4 bananas
½ tablespoon sifted icing sugar mixed with
½ tablespoon sifted cocoa powder

How to make Fresh Banana Pancakes

The batter

Put the flour, sugar, egg and milk in a food processor and blitz until smooth.
You can also whisk the batter by hand and then set the batter aside for 5 minutes.

How to make the caramel sauce

Put the sugar in a small saucepan with 3 tablespoons of water and let the sugar melt.
Bring to a simmer and cook without stirring for 3-4 minutes, or until a golden chestnut colour.
Swirl the pan a few times and stir the butter cubes into the caramel using a wooden spoon.
Stir in 3 tablespoons double cream, remove from the heat and put to one side to cool.

How to bake the pancakes

Brush a non-stick frying pan with a little butter or oil and set over a medium-high heat.
Ladle roughly a quarter of the pancake batter into the pan and tilt so it covers evenly.

Cook for 1½-2 minutes, then flip over and cook on the other side until pale golden brown.
Transfer to a warmed plate and cook three more pancakes in the same way.

Cut the bananas in half and use one half to fill each pancake.
Drizzle with a little of the caramel sauce before rolling up.
Place the other half of the banana on top and drizzle with the remaining sauce.

Sift the pancakes lightly with the icing sugar mixture and serve