



# Boekweitpannenkoeken

Een recept uit Kempen



## Benodigheden

200 gr boekweitmeel  
125 gr bloem  
25 gr gist  
een mespuntje zout  
5 dl water  
5 dl melk  
boter stroop of jam

## Bereiden boekweitpannenkoeken

- Zeef het boekweitmeel en de bloem, maak in het midden een kuiltje en giet daarin de in een kopje lauwe melk opgeloste gist.
- Meng goed door elkaar en strooi het zout erbij.
- Giet vervolgens een halve liter water en de melk erbij, roer alles goed door elkaar en laat het deeg een halfuur rijzen.
- Bak in een koekenpan pannenkoeken van het deeg in boter en dien ze op met siroop of jam.

## Tip

Eventueel kun je deze pannenkoeken ook met boekweitzaadjes in plaats van meel bakken.



Dit recept is afkomstig van: *Grootmoeders kookkunst in de keuken van (n)u*  
ISBN 978 90 5826 488 6  
Davidsfonds/Leuven