

Pannkakor med spenat (Yotam Ottolenghi)

Préparation : 30 min • Cuisson : 10 min

Ingrédients

- 250g spenat
- 110g mjöl
- 1 matsked bakpulver
- 1 ägg
- 50g osaltat smör
- 1 tesked malen kummin
- 150g mjölk
- 100g hackad vårlök
- 1 äggvita
- 100g mjukt smör
- 1 citronskal
- 1,5 matskedar limejuice
- 1 matsked hackad färsk koriander

Préparation

1. För en gångs skull, här är ett salt recept, men inte vilket som helst: ett pannkaksrecept enligt Yotam Ottolenghi som kommer att göra underverk på dina brunchbord eller för vilken annan måltid som helst, spenatpannkakor.
2. Om du redan har gjort ett recept av denna kock, behöver jag inte berätta för dig att de är perfekt kryddade och att alla kommer att njuta av dem, både små och stora.
3. Och framför allt, hoppa inte över det citroniga smöret som underbart följer dessa pannkakor.
4. Ytterligare information, du kan förbereda pannkakorna i förväg och värma upp dem, och du kan till och med frysa dem för att alltid ha färdiga till hands.
5. Slutligen, för föräldrar till mer eller mindre små barn, är det ett utmärkt sätt att få dem att äta spenat och med tanke på konsistensen kan du ge dem redan från tidig ålder, innan de fyller 1 år. Förberedelsestid: 30 till 40 minuter. För 3 till 4 personer: Ingredienser: spenat mjöl 1 matsked bakpulver 1 ägg osaltat smör 1/4 tesked salt 1 tesked malen kummin mjölk hackad vårlök 1 äggvita QS olivolja för stekning För smöret: mjukt smör 1 citronskal 1,5 matskedar limejuice 1/2 tesked salt 1/4 tesked vitpeppar 1 matsked hackad färsk koriander 1/2 tesked chiliflakes. Recept: Börja med smöret: blanda det med de andra ingredienserna, tillsätt limejuicen lite i taget, för att få en homogen blandning.
6. Forma en rulle i plastfolie och ställ i kylskåpet.
7. Koka spenaten som du tidigare sköljt mycket snabbt i en kastrull med lite vatten.
8. Sila dem i ett durkslag och låt dem svalna.
9. När de är kalla, pressa dem med händerna för att ta bort så mycket vatten som möjligt, och hacka dem grovt.
10. Blanda mjöl, bakpulver, ägg, smält smör, salt, kummin och mjölk med hjälp av en visp.
11. Tillsätt sedan vårlöken, chilin och den hackade spenaten.
12. Slutligen, vik försiktigt in den vispade äggvitan.
13. Stek dem i en het panna med lite olivolja: häll cirka 2 matskedar smet för att bilda pannkakor med en diameter på cirka 7 cm.
14. Koka i 2 minuter på varje sida, lägg sedan pannkakorna på hushållspapper.
15. Fortsätt tills smeten är slut och servera pannkakorna varma med det citroniga smöret och njut!