



Sorgente

Koemelkvrij



Pannenkoekjes



Pannenkoekjes

Geschikt vanaf 12 maanden

Koemelkvrij | Per pannenkoek | 100 kcal | 2,8 g

Pannenkoekjes

In dit recept wordt een hypoallergene dieetzuigelingenvoeding toegepast.

Ingrediënten voor 8 mini pannenkoekjes

- 6 maatschepjes hypoallergene dieetzuigelingenvoeding met 180 ml water
- 125 g bloem
- 5 g bakpoeder
- 1 ei
- 1 zakje vanillesuiker
- 3 eetlepels koemelkvrije margarine

In dit recept is uitgegaan van 1 maatschepje zuigelingenvoeding per 30 ml water. Controleer altijd op de verpakking de exacte verhouding van de voeding voor uw kindje en pas dit indien nodig aan.

Bereiding

1. Meng de zuigelingenvoeding met het water in een ruime kom. Gebruik hiervoor een garde of vork.
2. Voeg de bloem, het bakpoeder, het ei en de vanillesuiker toe aan de aangemaakte zuigelingenvoeding en meng met een staafmixer tot een glad beslag.
3. Verhit een eetlepel margarine in een grote koekenpan.
4. Vul een juslepel met het pannenkoekenbeslag en giet het in de pan. Herhaal dit tot het maximale aantal pannenkoekjes in de pan is bereikt.
5. Bak de pannenkoekjes aan beide kanten goudbruin.
6. Haal de pannenkoekjes uit de pan wanneer deze klaar zijn en schenk nieuw beslag in de pan. Herhaal stap 3 t/m 6 totdat het pannenkoekenbeslag op is. In totaal kunt u ongeveer 8 pannenkoekjes uit het beslag halen.
7. Serveer de pannenkoekjes met beleg naar keuze, bijvoorbeeld stroop, jam of suiker.

Suggesties

- Serveer vers fruit bij de pannenkoekjes, bijvoorbeeld ananas, aardbeien of bosbessen.
- U kunt de bloem en het bakpoeder vervangen door 125 g zelfrijzend bakmeel.

Bekijk meer recepten op: www.sorgente.nl/koemelkvrije-recepten.

Heeft u zelf ook een lekker recept?

Stuur het naar teamkindercare@sorgente.nl



De voedingswaarden in dit recept zijn een indicatie en hangen af van de gebruikte voeding. Voor de berekening is de gemiddelde samenstelling van dieetzuigelingenvoeding gebruikt.