

Examen VMBO-BB

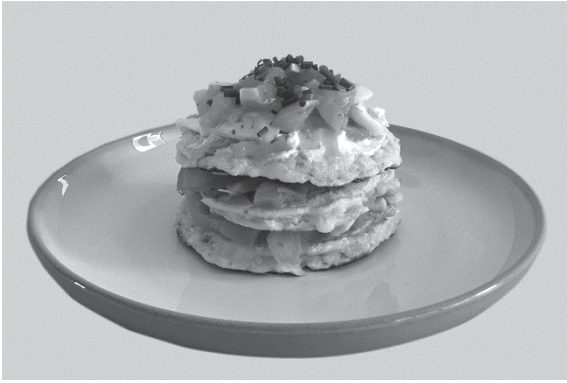
2021

versie rood, onderdeel **A**

profielvak-cspe Z&W – BB

bijlage, variant a

Hartige havermout-pancakes met champignons



ingrediënten voor 3 pancakes

- 25 gram fijne havermout
- 25 gram zelfrijzend bakmeel
- 1 mespunt zout
- 1 ei
- 50 ml melk
- 1 eetlepel kwark
- 1 mespunt oregano
- 30 gram zoete aardappel
- 1½ eetlepel milde olijfolie
- 2 witte champignons
- 1 tomaat
- 1 mespunt Italiaanse kruiden

garnering:

- 1 eetlepel zuivelspread (light)
- 2 sprietjes bieslook

nodig:

- koekenpan met anti-aanbakbodem Ø 24 cm
- dienblad
- servet

Bereiding

- 1 Doe havermout, zelfrijzend bakmeel, zout en ei in een (beslag)kom.
- 2 Voeg melk, kwark en oregano toe.
- 3 Meng alles tot een beslag, gebruik een roerlepel of garde.
- 4 Schil de zoete aardappel en rasp hem fijn.
- 5 Roer de geraspte aardappel door het beslag
- 6 Was de tomaat en snijd hem in kleine blokjes.
- 7 Maak de champignons schoon en snijd ze doormidden.
- 8 Snijd de halve champignons in dunne plakjes.
- 9 Verwarm een halve eetlepel olijfolie in een (steel)pan.
- 10 Bak hierin al roerend de champignons ongeveer 3 minuten.
- 11 Voeg de tomaat en de Italiaanse kruiden toe, bak nog 1 minuut en zet daarna de warmtebron uit.
- 12 Verhit een eetlepel olijfolie in een koekenpan.
- 13 Bak tegelijkertijd drie pancakes van het beslag.
- 14 Bak de pancakes aan beide zijden goudbruin.
- 15 Pak een schoon bord en leg een pancake in het midden.
- 16 Verdeel een volle eetlepel groentemengsel over de pancake.
- 17 Leg daarop de tweede pancake.
- 18 Verdeel daarover weer een volle eetlepel groentemengsel.
- 19 Besmeer de derde pancake met zuivelspread en leg hem bovenop.
- 20 Verdeel de rest van het groentemengsel over de zuivelspread.
- 21 Was het bieslook, snijd het fijn en strooi het over de bovenste pancake.
- 22 Serveer het gerecht op een dienblad met bestek en een servet.