



Banh xeo, krokante Vietnamese pannenkoek

Knapperige, goudgele pannenkoek van rijstmeel en kurkuma, gevuld met garnalen, varkensvlees en taugé. Je scheurt stukjes af en wikkelt ze in slablaadjes met verse kruiden, en dipt ze in een friszure vissausdip.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
30'	30'	4	Wereldkeuken

Ingrediënten

- 200 gr rijstmeel
- 1 tl kurkumapoeder
- 300 ml kokosmelk
- 150 ml water
- 200 gr garnalen, gepeld en ontdarmd

200 gr varkensbuik of varkensfilet, in dunne reepjes gesneden

200 gr taugé

2 lente-uitjes, in fijne ringetjes

1 krop kropsla, blaadjes losgemaakt

1 handvol verse munt

1 handvol verse koriander

4 el vissaus

2 el suiker

Sap van 1 limoen

3 el water

4 el zonnebloemolie

Bereidingswijze

- 1.** Klop het rijstmeel samen met het kurkumapoeder, de kokosmelk en het water tot een glad en dun beslag. Laat het beslag minstens 20 minuten rusten zodat het rijstmeel volledig hydrateert.
- 2.** Meng voor de dipsaus de vissaus met de suiker, het limoensap en 3 el water. Roer tot de suiker volledig is opgelost. Zet opzij.
- 3.** Verhit 1 el zonnebloemolie in een brede antikleefpan op middelhoog vuur. Bak een vierde van de reepjes varkensvlees en een vierde van de garnalen al roerende tot het vlees gaar is en de garnalen roze kleuren, ongeveer 2 tot 3 minuten.
- 4.** Giet een dunne laag beslag over het vlees en de garnalen. Draai de pan snel rond zodat de bodem volledig bedekt is met een egale laag beslag.
- 5.** Strooi een vierde van de taugé en de lente-ui over de ene helft van de pannenkoek. Laat de pannenkoek op middelhoog vuur bakken tot de randen loslaten en krokant en goudbruin zijn, en de onderkant niet meer rauw is, ongeveer 5 tot 7 minuten. Dek de pan tussentijds af met een deksel als het beslag in het midden moeizaam gaart.
- 6.** Vouw de pannenkoek dubbel en schuif hem op een bord. Herhaal stap 3 tot en met 6 met de resterende olie, het vlees, de garnalen, het beslag, de taugé en de lente-ui tot alle pannenkoeken gebakken zijn.
- 7.** Zet de slablaadjes, de verse munt en de koriander samen met de dipsaus op tafel.

8. Scheur stukjes pannenkoek af, leg ze op een slablaadje met wat verse kruiden, rol alles op en dip in de dipsaus.

Tip

Gebruik een pan met een diameter van minstens 26 cm zodat het beslag dun genoeg uitloopt voor een echt krokant resultaat. Hoe dunner de laag beslag, hoe knapperiger de pannenkoek.

Lekker met

Serveer met extra verse munt, koriander en schijfjes limoen.

Dranktip

Een licht, koel Vietnamese bier zoals Bia Saigon of een frisse groene thee past uitstekend bij de krokante pannenkoek en de kruidige vulling.

Ontdek meer recepten op kookpot.be