

Veganske pannekaker med fennikelcoleslaw

total tid **70 min.** 40 min. tilberedningstid 30 min. koketid 60 min. ventetid

INGREDIENSER

10 porsjoner

Pannekaker:

70 g	avkjølt aquafaba
10 g	melis
10 g	potetstivelse
600 g	hvetemel
14 g	bakepulver
10 g	natron
700 dl	usøtet soyamelk
20 dl	eplecidereddik
50 dl	rapsolje

Coleslaw:

300 g	fennikel (1 knoll med blader), finhakket
500 g	hvitkål, finhakket
5 g	brunt sukker
400 g	appelsiner
100 dl	<u>Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus</u>
2 g	nymalt svart pepper
20 g	solsikkekjerner eller gresskarkjerner

Dessuten:

rosa grapefrukt

TILBEREDNING

Steg 1

Pisk den avkjølte aquafabaen med visp i minst 5 minutter til det dannes stive topper. Tilsett melis og pisk i 1 minutt. Tilsett potetstivelse og pisk i ytterligere 1 minutt.

Steg 2

Bland hvetemel, bakepulver og natron i en bolle. Bland soyamelk med eplecidereddik og hell det oppi bollen sammen med oljen. Miks alle ingrediensene grundig til de kombineres. Vend forsiktig inn halvparten av den piskede aquafabaen, tilsett deretter den andre halvparten.

Steg 3

Øs røren (ca. 100 g per pannekake) oppi en tørr, forvarmet panne og stek pannekakene i 3–4 minutter på hver side til de er gyllenbrune.

Steg 4

Separer fennikelbladene for senere bruk. Kna fennikel og kål sammen med sukker og salt i en bolle. Vask en appelsin i varmt vann, tørk den, og rasp litt av skallet. Del alle appelsinene i to og press ut juicen i kålblandingen. Tilsett Kikkoman Soyasaus og krydre med pepper. Bland godt, legg på lokk og la blandingen hvile i 1 time.

Steg 5

Rist solsikkekjernene i en tørr panne og la dem kjøle seg av på et fat.

Steg 6

Om nødvendig, sil av overflødig væske fra coeslawen.

Steg 7

Skrell grapefrukten ned til kjøttet og fjern hinnene.

Steg 8

Legg 2–3 pannekaker i et tårn med vekselvise lag av coeslaw og grapefrukt. Garner med finhakkede fennikelblader.