

CARPACCIO VAN TOMAAT MET VERSE GARNALEN



Ingrediënten

- 2 grote stevige smaakvolle tomaten
- 200 g verse ongepelde garnalen
- zure room
- busseltje platte peterselie
- kwaliteitsvolle olijfolie
- fleur de Sel de Guérande
- zwarte peper van de molen

Bereiding

- Pel de garnalen en hou deze even apart in de koeling
- Snij de tomaat met een vlijmscherp mes in dunne plakken en schik dadelijk op een (gekoeld) bord.
- Even met de pepermolen erover en lichtjes bestrooien met het zout.
- Een scheepje zure room in het midden van het bord, de gepelde garnaaltjes er rond schikken en garneren met de peterselie.
- Lichtjes besprenkelen met olijfolie voor het serveren.

Ingrediënten

- 100 gram boekweitmeel
- 1 glas water
- 2 eieren
- 150 g groene asperges
- 1 groene paprika
- 2 tomaten
- 200 g volle yoghurt
- 50 g cheddar kaas
- peper en zout
- enkele takjes platte peterselie

Bereiding

- Doe het boekweitmeel in een kom en roer er zachtjes water door tot je een mooi lopend deeg bekomt. Roer er dan 1 ei en 1 eigeel door en een vingertipje zout.
- Bak de pannenkoeken met een klontje boter en houd warm.
- Stoom de asperges beetgaar.
- Snij de paprika in reepjes en bak kort aan in olijfolie.
- Tomaten ontpitten, in reepjes snijden en heel even mee in de pan.
- Verwarm de yoghurt en roer er de geraspte cheddarkaas door tot deze gesmolten is. Kruid met peper van de molen.
- Vouw de pannenkoeken als een enveloppe en vul met de groenten.
- Saus erover en afwerken met peterselie.

TIP: je kan de groenten steeds aanpassen naar eigen keuze en volgens de seizoenen.



GEVULDE BOEKWEIT-PANNENKOEKEN

