

onderdeel A

bijlage

variant a

opdracht 2 tot en met 4

*Je hoeft de drie-in-de-pan niet warm te houden.
Zorg ervoor dat je 6 stuks presenteert.*

Lactosevrije drie-in-de-pan met appel en rozijnen

Ingrediënten voor 6 stuks

80 gram zelfrijzend bakmeel
mespunt zout
½ theelepel kaneel
½ ei
1 dl halfvolle melk (lactosevrij)
½ appel
30 gram rozijnen
20 gram olijfolie (± 2 eetlepels)
1 eetlepel witte basterdsuiker
enkele blaadjes munt



- 1 Zeef zelfrijzend bakmeel, zout en kaneel boven een beslagkom.
- 2 Maak een kuiltje in het midden.
- 3 Klop het ei los met een vork en giet de helft van het ei en de helft van de melk in het kuiltje.
- 4 Roer met een pollepel, vanuit het midden, een glad beslag zonder klontjes.
- 5 Schenk al roerende de rest van de melk erbij.
- 6 Schil de ½ appel, snijd hem op een snijplank in zeer kleine stukjes en roer deze door het beslag.
- 7 Was de rozijnen, droog ze in keukenpapier en roer ze ook door het beslag.
- 8 Laat in een koekenpan één eetlepel olijfolie heet worden.
- 9 Schep met een juslepel drie bergjes beslag in de pan.
- 10 Zet de hittebron laag en bak de drie-in-de-pan zachtjes gaar en goudbruin.
- 11 Keer ze met een bakspaan / pannenkoekmes als er in de bovenkant luchtbelletjes komen of als de bovenkant droog is en bak de andere kant goudbruin.
- 12 Bak op dezelfde manier de rest van het beslag.
- 13 Leg de drie-in-de-pan dakpansgewijs op een plat bord.
- 14 Zeef de basterdsuiker er over en garneer ze met de munt.
- 15 Serveer de drie-in-de-pan netjes aan de examinerator.