

# BAGHRIR

MET GEROOSTERDE VENKEL EN ROZEMARIJN

Noem ze *crumpet*, *lachuch*, *injera* of *baghrir*: deze pannenkoeken in groot en klein formaat worden allemaal gekenmerkt door de vele gaatjes. Deze ontstaan door het gebruik van een grote hoeveelheid gist. Je bakt deze pannenkoekjes maar aan één kant, want door de gaatjes stijgt de warmte door het beslag en gaart de hele pannenkoek zonder dat je hem om hoeft te draaien.

Gebruik voor dit recept een pan met goede antiaanbaklaag, want zo hoef je geen extra olie bij het bakken te gebruiken.

## INGREDIËNTEN BAGHRIR

bloem	80 g
griesmeel	120 g
bakpoeder	5 g
kristalsuiker	15 g
gedroogde gist	10 g
zout	5 g
lauwwarm water	300 ml + 50 ml extra
venkelzaad	25 g

## INGREDIËNTEN GEROOSTERDE VENKEL

venkelknollen	2 grote
knoflook	2 tenen
olijfolie	
rozemarijn	20 g

## OPTIONEEL

ricotta	
zout	
citroen	1, rasp

◆ Zeef de bloem, griesmeel en bakpoeder boven een kom. ◆ Voeg de kristalsuiker en gedroogde gist toe. Meng ook het zout erdoorheen. ◆ Giet de helft van het water bij de droge ingrediënten in de kom en mix het geheel met een garde of vork. ◆ Giet de rest van het water erbij en mix net zo lang tot er een vloeibaar mengsel ontstaat zonder klontjes. ◆ Dek de kom af met plasticfolie en een theedoek. Laat het beslag 30 minuten rijzen. ◆ Het beslag is goed gerezen wanneer er zich luchtbelletjes in het beslag hebben gevormd en er wat schuim is ontstaan.

◆ Rooster tijdens het rijzen het venkelzaad en maal dit fijn in de vijzel. ◆ Voeg vlak voor het bakken de extra 50 ml water toe aan het beslag en klop het nogmaals. ◆ Voeg het venkelpoeder voor het bakken toe aan het beslag. ◆ Verhit een pan en schep een pollepel van het beslag in het midden. Er zullen zich gaatjes vormen aan de bovenkant. De baghrir is gaar wanneer het beslag droog is. ◆ Leg de gebakken baghrir op een bord en dek af met een theedoek, zodat hij warm en zacht blijft.

◆ Verwarm de oven voor op 220 graden. ◆ Snijd de venkel in de lengte in plakken van 0,5 cm dik en verspreid ze over een ovenschaal. ◆ Pers de knoflook en meng met 50 ml olijfolie. Besprenkel de venkelknollen hiermee. ◆ Rits de rozemarijn van de steeltjes en verdeel over de venkel. ◆ Bak de venkelknollen 10-15 minuten aan elke kant in de oven, tot de venkel goudkleurig is. ◆ Haal de venkelknollen uit de oven, hak grof en leg een toefje venkel op elke baghrir. Werk eventueel af met ricotta, zout en citroenrasp.



parve



vegan



gluten