

Pandekager med vilde urter

Natursamarbejdet, har lavet denne sommerlige opskrift på vilde pandekager, som laves over bål.



Det skal du bruge:

- 1 dl mel
- 1 spiseskefuld olie
- 1 æg
- 1 knivspids salt
- 1/2 – 1 dl hakkede brændenælder eller andre urter
- 1,5 dl mælk

Sådan gør du:

- Skyl urterne. Hak dem fint.
- Pisk æg, mel og lidt af mælken sammen i en skål.
- Tilsæt salt og resten af mælken og pisk dejen godt.
- Tilsæt urterne og olien og pisk igen.
- Kom lidt olie på panden og varm den på bålkomfuret.
- Kom ca. 1/2 dl dej på panden. Bag pandekagerne til de er lysebrune.

Du får 5-6 pandekager, når du bruger 1/2 dl dej pr. stk.

I stedet for brændenælder kan du bruge spinat eller skvalderkål.

Opskriften er lavet af Vild mad – Natursamarbejdet.

