



Ingrediënten (4 personen)

- 1 blik bruine bonen
- 1 ei
- 1 bekertje zure room (125 gram)
- 1 teentje knoflook uit de knijper
- 6 eetlepels mazena
- 100 gram geraspte emmentaler kaas
- worcestersaus
- tabasco
- zout
- 3 eetlepels olie
- 1 theelepel boter

Bereiden

Laat de bonen goed uitleggen en wrijf ze daarna door een zeef of gebruik een staafmixer. Klop het ei met de zure room, de knoflook en de maizena glad. Roer dit mengsel vervolgens met de kaas door de bonen puree. Voeg daarna naar smaak worcestersaus, tabasco en zout toe. Verwarm de olie in een grote koekenpan, maak ook de rand even vet want de bonen puree gaat hierin. Laat de bonen puree op een niet te laag vuur stevig, en aan de onderzijde mooi van kleur worden. Controleer of de bonen koek los in de pan ligt. Bestrijk een glad deksel wat wat groter is dan de pan met een beetje boter. Leg het deksel op de pan en draai tegelijk om. Doe daarna de koek weer terug in de pan en bak ook de andere zijde mooi van kleur.

Origineel:

Daarna de koek voor het serveren met cayennepeper en afdekken met een simpele maar mooi goudgeel gebakken omelet.

