

# SPINASIE VULSEL VIR PANNEKOEK



## SPINASIE VULSEL VIR PANNEKOEK

2 eetlepels botter

$\frac{1}{2}$  bossie spinasie

1 ui, in blokkies gesny

2 teelepels knoffel

1 teelepel rissie (opsioneel)

1 teelepel paprika

1 teelepel italiaanse kruie

$\frac{1}{2}$  koppie room

sout na smaak

varsgemaalde swart peper na smaak

2 wielietjies feta kaas

$\frac{1}{2}$  koppie parmasan kaas

Trek die groen blare van die spinasie dik dele af. Sny die dik wit dele in stukkies soos die uie. Snipper die groen blare soos jy verkies.

Braai die uie, dik wit stukkies spinasie are en knoffel tot die dik stukke sag is.

Gooi die room, sout, peper, paprika, kruie en rissie by en roer deur.

Voeg die groen blare by en laat dit verwelk.

Voeg die feta en parmasan by en laat dit afkoel.

Bak jou pannekoeke.

Vul die pannekoeke met die spinasie mengsel en rol op.

Spuit soet rissie bo-oor en geniet!

Vir die pannekoek:

<http://www.foodloversrecipes.com/2016/03/petre-se-klein-maat-pannekoek/>

Hierdie vulsel sal net so lekker werk in pasteitjies en jaffles.

Foto: Wayne Dugmore