

Aardappelpannenkoekjes (Riefkoek)

Neem per persoon

- 400 gram aardappels
- ½ theelepel sojameel
- 1 kleine fijngesneden ui
- klein beetje zout

Rasp de aardappels (bij 'gezonde en schone' exemplaren de schil mee-raspen). Vermeng de aardappelbrij met de overige ingrediënten, desgewenst ook nog met een beetje gemalen lijnzaad. Bak van de massa handpalmgrote pannenkoekjes aan beide kanten goudbruin.

P please don't print this recipe unless you really need to.
Plantaardige recepten voor een betere wereld.
[Steun Plenty Food](http://www.plentyfood.nl)

