



## Ålandspannkaka

### Ingredienser

1 liter melk  
3/4 dl semulegryn  
1 ts salt  
--  
4 store egg  
1 dl sukker  
2 dl hvetemel  
1 ss kardemomme  
2 ts vaniljesukker  
1 dl rosiner  
--  
50 g smør



### Fremgangsmåte

Ha melk, semulegryn og salt i en kjele (bruk gjerne en tykkbunnet og teflonbelagt kjele så grøten ikke setter seg fast i bunnen). Kok blandingen i 10 min under stadig omrøring. Blandingens skal få konsistens som en tynn grøt. Ta kjelen av platen og avkjøl litt.

Pisk egg og sukker sammen med en stålvisp. Rør inn den avkjølte semulegrøtblandingens. Bland så i hvetemel, kardemomme og vaniljesukker. Rør godt med stålvisp så alle klumper fjernes. Til sist vendes rosinerne inn i deigen.

Smelt smøret og hell dette i en bakepapirkledd, stor langpanne (ca 30x40 cm). Ha så deigen i langpannen og fordel den jevnt utover.

Stek pannekaken midt i ovnen ved 200°C i 30-45 min, eller til pannekaken er gylden og gjennomstekt. Avkjøl litt og del pannekaken deretter opp i serveringsstykker.

## Tips

"Ålandspannkaka" kan fryses og tines raskt opp i mikro.

"Ålandspannkaka" serveres tradisjonelt med syltetøy og pisket krem.

--

## ÅLÄNNINGENS SÅNG

"Landet med tusende öar och skär,  
danat ur havsvågors sköte.

Åland, vårt Åland, vår hembygd det är.

Dig går vår längtan till möte!

Forngravars kummel i hängbjörkars skygd  
tälja din tusenårs saga.

Aldrig förgäta vi fädernas bygd,

vart vi i fjärrled än draga

vart vi i fjärrled än draga

Skönt är vårt Åland när fjärdar och sund  
blåna i vårljusa dagar,

ljuvt är att vandra i skog och i lund,

i strändernas blommande hagar.

Midsommarstången mot aftonröd sky

reses av villiga händer,

ytterst i utskärens fiskareby

ungdomen vårdkasar tänder

ungdomen vårdkasar tänder

Skönt är vårt Åland när vågsvallet yr

högt mot de mäktiga stupen

när under stjärnhimlen kyrkfolket styr

över de islagda djupen.

Ryter än stormen, i stugornas ro

spinnrocken sjunger sin visa

minnet av barndomens hägnande bo  
sönerna lyckligast prisa  
sönerna lyckligast prisa.

Aldrig har åländska kvinnor och män  
svikit sin stam och dess ära;  
ofärd oss hotat, men segervisst än  
frihetens arvsrätt vi bära.  
Högt skall det klinga, vårt svenska språk,  
tala med manande stämma,  
lysa vår väg som en flammande båk,  
visa var vi äro hemma  
visa var vi äro hemma."

(Ålands nasjonalsang)

© 2004 - 2024: Det søte liv. [Med alle rettigheter.](#)

---

**Source URL:** <https://www.detsoteliv.no/oppskrift/alandspannkaka>