

Pancake

Recette traditionnelle Américaine. Déjeuné.



Ingredients

- 400g farine (fleur ou bise)
- 4dl lait entier bio
- 1 œuf
- 3 c.à s. huile d'olive
- 2 c.à s. vinaigre
- 1 c.à s. sucre
- 1 c.à c. bicarbonate
- ½ c.à c. de sel

Préparation

- Mélanger dans un bol la farine avec le sucre, le bicarbonate et le sel
- Mélanger dans un autre récipient les 4dl de lait avec l'œuf, l'huile et le vinaigre.
- Incorporer le mélange liquide dans le mélange farineux tout en évitant la formation de grumeaux.

La pâte doit être d'une consistance plutôt épaisse.



Cuisson

Verser dans une poêle, chauffée à feu moyen à moyen-fort, la quantité de préparation adéquate pour l'obtention de la taille désirée des pancakes. Couvrir pendant l'opération.

Moi je les aime bien avec un peu de beurre et du sirop d'érable, miam!

Bon appétit les amis.

Déjeuné, Américain

From:

<https://yacs.alternatique.ch/> - **YACS**

Permanent link:

<https://yacs.alternatique.ch/doku.php?id=recettes:pancake>

Last update: **2012/10/03 20:28**

