

Pancakes au lait d'amande

Pour 25 Pancakes

Préparation : 10 min – Cuisson : 30 min

Ingrédients :

- 300 g de farine
- 40 g de sucre de canne bio
- 1 sachet de levure chimique
- 400g de lait d'amande
- 20 g d'huile neutre (type Pépin de raisin)
- 1 cs d'essence de vanille liquide
- 2 œufs
- Huile neutre pour la cuisson



Ustensiles spécifiques : 1 pichet verseur, un cul-de-poule, une cuillère magique, une petite louche, une spatule haute température et une poêle.

Réalisation :

- Dans un cul-de-poule, mélanger les ingrédients secs à savoir la farine, le sucre et la levure.
- Dans le pichet verseur, casser les œufs et fouetter avec l'huile.
- Ajouter le lait d'amande et l'essence de vanille et mélanger.
- Verser cette préparation liquide dans la préparation sèche en remuant bien avec la cuillère magique pour qu'il n'y ait pas de grumeaux.
- Garder au frais jusqu'au moment souhaité de cuisson.
- Faire chauffer une poêle avec un peu d'huile de pépin de raisin. Quand elle est bien chaude, verser une petite louche de pâte.
- Si vous prenez une grande poêle, vous pouvez faire chauffer jusqu'à 2 ou 3 pancakes en même temps.
- Dès que des petits trous apparaissent à la surface, retourner le pancake à l'aide de la spatule haute température et prolonger la cuisson d'une à deux minutes.
- Réserver sur une assiette les pancakes cuits et poursuivre la cuisson jusqu'à épuisement de la pâte.

Bon appétit !



Les délices à belle : www.lesdelicesabelle.fr

Isabelle CHEVRIER

Votre conseillère culinaire Guy Demarle