

Les recettes du meunier d'Achicourt



Fiche 10

Pancakes

Pour 18 pancakes (Crêpes américaines)

Ingrédients:

- 250 g de **farine boulangère ou complète du moulin**
- 2 cuillères à café de levure
- 1/2 cuillère à café de sel
- 50 g de beurre fondu
- 3 œufs
- 1/2 litre de lait
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 1 cuillère à café d'extrait de vanille.

Préparation:

- Mélangez la farine, le sel, le sucre et la levure.
- Batta les jaunes d'œufs avec le lait et l'extrait de vanille.
- Délayez la farine avec ce mélange ainsi que le beurre fondu, laisser reposer 1 à 2 heures.
- Retravailler la pâte, elle doit être bien lisse.
- Ajoutez les blancs en neige bien ferme.
- Faire cuire des crêpes assez épaisses et plus petites que le diamètre de le poêle.
- Servir arrosé avec du sirop d'érable.

Variantes

- Avec des pommes: avant d'ajouter les blancs en neige, incorporer des fines lamelles de pommes coupées en morceaux, puis finir par les blancs.
- Avec des bananes.. préparez une purée de bananes pour en obtenir une tasse, l'incorporer juste avant les blancs

Association La Tourelle
Mairie d'Achicourt
62217 - ACHICOURT
Tél. 03.21.71.68.68

