

Les pancakes de François

Pour des pancakes plus onctueux, j'utilise du lait fermenté (buttermilk ou lait ribot ou de type laben) à la place du lait, la pâte peut se faire la veille, c'est même mieux.

Pour 2 personnes (Environ 6 pancakes) :

- 130 gr de farine
 - $\frac{1}{2}$ cuillère à café de levure chimique
 - $\frac{1}{4}$ cuillère à café de bicarbonate de sodium (doubler la quantité de levure chimique si vous n'en avez pas)
 - 30 gr de sucre
 - 1 pincée de sel
 - 250 ml de lait fermenté
 - 1 œuf
 - 1 cuillère à soupe d'huile végétale ou de beurre fondu
- Dans un grand bol, mélanger la farine, le sucre, la levure, le bicarbonate et le sel.
Creuser un puit et réserver
- Dans un autre récipient, battez l'œuf et ajoutez le lait et la matière grasse
- Incorporez délicatement le liquide au fouet ou à la spatule mais sans trop travailler la pâte (quelques grumeaux ne posent pas problème)
- Dans une grande poêle faire fondre un peu de beurre et y déposer la pâte quand elle est chaude.
- retourner les pancakes quand des bulles se forment à la surface
- finir la cuisson et déguster de suite accompagner de sirop d'érable tiède et de bacon grillé si vous avez.....

