*Crêpes, beignets et gaufres sucrés*

# Pancakes

| 1h35 | 10 min | 25 min | 1h | 299 |
|---|---|---|---|---|
| TEMPS TOTAL | PRÉPARATION | CUISSON | REPOS | CALORIES |

**Étape 1**

## Préparation et cuisson des pancakes

1. Tamiser la farine dans un chinois au-dessus d'un saladier.
2. Cette technique permet d'éviter la formation de grumeaux pendant la préparation.
3. Ajouter le sucre et la levure chimique à la farine.
4. Mélanger à l'aide d'un fouet et creuser un puits au centre.
5. Ajouter l'œuf et le beurre préalablement fondu puis mélanger, en commençant par percer le jaune d'œuf, jusqu'à ce qu'il ne reste plus de liquide.
6. Verser le lait en plusieurs fois pour faciliter son incorporation, la pâte doit être fluide avec une texture souple et lisse.
7. Racler les parois du saladier à l'aide d'une maryse pour regrouper la pâte au centre.
8. Essuyer les bords si nécessaire et filmer le saladier puis laisser reposer à température environ 10 min pour que les levures s'activent.
9. Ôter ensuite le film alimentaire du saladier et faire chauffer une poêle.

Si la poêle n'est pas anti-adhésive, passer sur toute la

Ingrédients
pour 6 personnes

**Ingrédients pour les pancakes**

- 250 g **Farine**
- 2 unité(s) entière(s) **Oeuf(s) entier(s)**
- 50 g **Sucre semoule**
- 25 cl **Lait demi-écrémé**
- 60 g **Beurre**
- 1 sachet(s) **Levure chimique**
- 1 **Huile de colza**

10 Si la poêle n'est pas anti-adhésive, passer sur toute la surface un morceau de papier absorbant imbibé d'huile neutre, comme l'huile de pépins de raisin, entre chaque pancake.

11 Vérifier la température en passant la main au-dessus de la poêle : elle doit être chaude mais sans fumer.

12 Préparer une grille à pâtisserie sur une assiette et un torchon.

13 D'une main, verser de la pâte à l'aide d'une louche et de l'autre, faire pivoter la poêle pour donner la forme au pancake.

14 Lorsque les bulles explosent et que des trous apparaissent, retourner les pancakes et colorer la deuxième face à l'aide d'une spatule.

15 Colorer la deuxième face et débarrasser sur la grille. Déposer le torchon sur les pancakes pour les maintenir au chaud.

16 Réaliser l'opération jusqu'à épuisement de l'appareil, la pâte ne se conserve pas à cause de la levure qu'elle contient.

17 Disposer les pancakes sur une assiette et servir tiède.