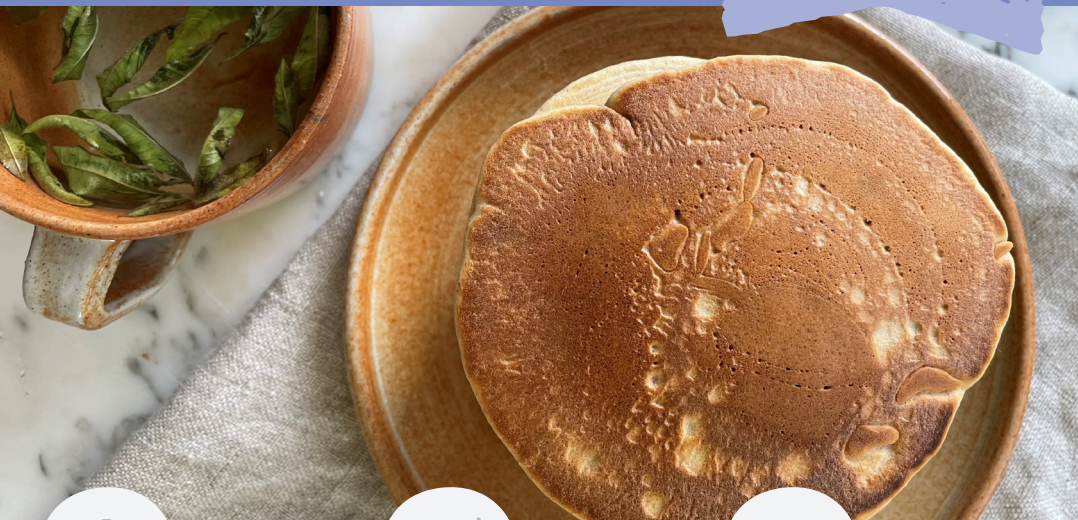


Pancakes irratables aux pépites de chocolat

RECETTE



10 minutes



20 minutes



12 pancakes

INGRÉDIENTS

- 180 g de farine de blé* T80
- ½ sachet de poudre à lever*
- 1 c à s de sucre de canne
- 1 pincée de sel
- 1 œuf*
- 15 g de beurre* fondu
- 10 cl de lait d'avoine*
- 1 bouchon de rhum (facultatif)
- 30 g de pépites de chocolat* (noir, au lait, blanc...)
- accompagnement ; confiture, sirop d'érable, fruits frais...

*PEUT CONTENIR DES ALLERGÈNES

1. Préchauffer la poêle.
2. Dans un cul-de-poule, mélanger la farine, la poudre à lever, le sucre et le sel.
3. Creuser un puits et y placer l'œuf et le beurre fondu. Mélanger à l'aide d'un fouet.
4. Ajouter le lait en filet et mélanger jusqu'à ce la pâte soit homogène et épaisse.
5. Incorporer le rhum et les pépites de chocolat.
6. Déposer deux petites louches de pâte dans la poêle pour former deux pancakes.
7. Cuire chaque pancake 2 à 3 minutes : le retourner lorsque des bulles apparaissent à sa surface.
8. Déguster nature, avec de la confiture, du sirop d'érable, des fruits frais...

Sargé | ZAC de la Pointe, Sargé
Université | 22 bd Louis Leprince-Ringuet
République | 1 b rue Gambetta, Le Mans

Atlantides | 4 avenue d'Haouza, Le Mans
Antarès | Giratoire de César, Le Mans
Allonnes | Rue de la Raterie, Allonnes

 www.cuisine-moi-un-fenouil.fr

biocoop

| Le Fenouil



@fenouilbiocoop