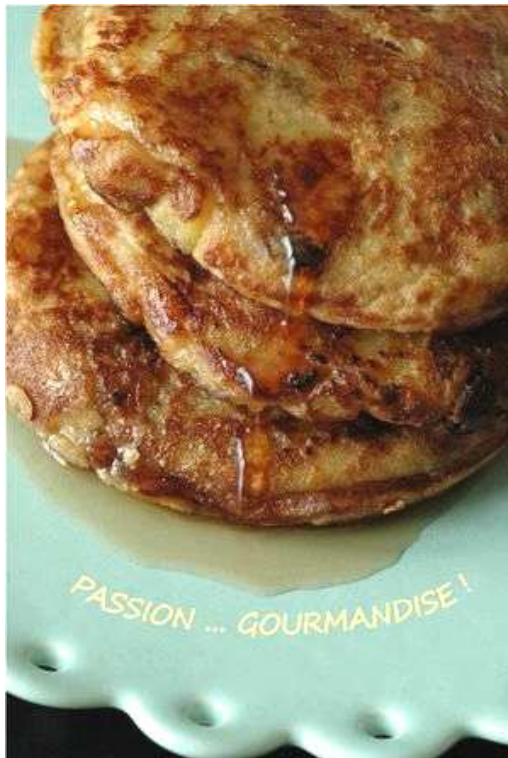


PANCAKES FLOCONS D'AVOINE, POMME & RAISINS SECS OU CANNEBERGES SECHEES

Pour 5-6 unités

Préparation : 10 min

Cuisson : 3-4 min par pancakes



60 g de flocons d'avoine

125 ml d'eau

125 ml de lait

1 œuf

30 g de farine T65

1 sachet de poudre à lever (7 g)

1 pincée de sel

20 g de sucre blond de canne

20 g de beurre fondu

1 poignée de raisins secs ou canneberges séchées

1 pomme (Boskoop ou autre)

- 1 Porter le lait et l'eau à ébullition et les verser sur les flocons d'avoine. Les laisser gonfler pendant 5-10 min.
- 2 Ajouter l'œuf, la farine, la poudre à lever, le sucre et la pincée de sel. Bien mélanger.
- 3 Puis incorporer le beurre fondu, la pâte obtenue doit être plus épaisse qu'une pâte à crêpes.
- 4 Ajouter les raisins secs (ou les canneberges séchées) et la pomme épluchée et coupée en dés.
- 5 Faire fondre un peu de beurre dans des poêles à blinis à feu moyen et y verser une petite louche de pâte. Lorsque des bulles se forment à la surface, retourner le pancake et faire cuire l'autre face.
- 6 Procéder de la même façon pour les autres pancakes.
- 7 Servir de suite avec un filet de sirop d'érable, sirop de canneberge ou sirop de riz.