

Pancakes Myrtilles



POUR 2 PERSONNES

TEMPS DE PRÉPARATION 5 MIN

CUISSON 3 MIN

Ingrédients

1 tasse de cœurs de myrtilles *
1 sachet de levure
2 c.à.s d'huile d'arachide
200 g de farine
2 œufs

100 g de sucre
200 ml de lait écrémé
Sirop d'érable, miel * ou confiture * pour verser sur les pancakes

* disponibles à La Maison du Fruit Confit.

Recette

- 1 Dans un bol mélangez la farine, le sucre et la levure chimique. Faites un puits et versez-y le lait et l'huile d'arachide. Mélangez bien.
- 2 Battez les œufs en omelette et ajoutez-les à la pâte. Mélangez. Dans une poêle très chaude huilée, versez une louchée de la pâte. Aussitôt, versez 2 c.à.s de cœurs de myrtilles sur cette pâte. Baissez la température jusqu'à feu moyen.
- 3 Lorsque des petites bulles se forment sur la surface supérieure du pancake et s'éclatent, retournez le pancake et laissez cuire pendant environ 1 min.
- 4 Mettez le pancake dans une assiette. Faites les autres pancakes de la même façon. Versez un peu de sirop d'érable ou de miel ou un peu de confiture sur les pancakes si vous le souhaitez avant de déguster.