

Les pancakes japonais soufflés de Jules

Ingrédients :

- 200 g de framboises ou de mûres
- 2 cuillères à soupe d'eau
- 200 g de farine de riz tamisée
- une pincée de sel
- $\frac{1}{2}$ sachet de levure
- 20 cl de lait végétal
- 3 jaunes d'œufs
- 2 cuillères à café de jus de citron
- 3 ou 4 blancs d'œufs frais
- 3 cuillères à soupe de sucre
- huile pour graisser la poêle



Voici comment faire :

1. Compotée :

Dans une casserole, porte à ébullition l'eau et les framboises ou mûres. Couvre et laisse mijoter à petit feu environ 5 minutes.

2. Pâte :

Dans un saladier, mélange la farine, le sel et la levure. Forme un puits au centre. Dans un autre saladier, mélange le lait, les jaunes d'œufs et le jus de citron. Verse progressivement dans le puits la préparation tout en remuant jusqu'à obtenir une pâte lisse. Monte les blancs d'œufs en neige et ajoutes-y du sel. Ajoute le sucre au fur et à mesure tout en continuant de fouetter jusqu'à ce que la masse devienne brillante. Incorpore délicatement les blancs au mélange.

3. Pancakes :

Huile une poêle, verse de la pâte pour former les pancakes. Baisse le feu, couvre et laisse cuir à feu doux environ 6 minutes jusqu'à ce que les pancakes se détachent de la poêle. Retourne-les délicatement et termine la cuisson pendant environ 6 minutes. Couvre et réserve au chaud. Répète l'opération avec le reste de la pâte.

4. Astuce :

Sers les pancakes avec la compotes et les framboises fraîches. Sache que tu peut mettre du miel de cerisier ou du sucre glace dessus.