

Difficulté ★★★

Pancakes fluffy japonais



12 min



15 min



INGREDIENTS

15g de lait

3g de levure chimique

30g de farine

1 demie càc de vanille

2 oeufs

17g de fleur de maïs

23g de sucre



INSTRUCTIONS

- Dans un bol verse la farine, la levure, l'arôme de vanille et le lait.
- Clarifie les oeufs : Sépare les blancs des jaunes puis, verse les blancs dans un bol et les jaunes sur le mélange précédent : fouette énergiquement.
- À l'aide d'un batteur électrique, fouette les blancs à grande vitesse puis lorsqu'ils deviennent mousseux, ajoute le sucre sans cesser de fouetter.
- Continue de fouetter à grande vitesse jusqu'à l'obtention d'une belle meringue : Celle-ci doit former des pics sur tes fouets.
- Ajoute la fleur de maïs et fouette brièvement pour l'incorporer à ta meringue.
- Verse le mélange précédent sur la meringue et incorpore le tout délicatement au fouet en soulevant ton appareil.
- Dans une poêle, dépose des cercles beurrés (de 10 x 4cm) ou des bandes de papier cuisson préparées en amont (de 35 x 4cm).
- **Important :** fais chauffer ta poêle sur feu moyen pendant 3 minutes avant l'étape suivante.

- Divise ta pâte en deux et à l'aide d'une cuillère ou d'une poche à douille, remplis tes cercles avant de verser 4 cuillères à café d'eau dans ta poêle (à côté des pancakes).
- Recouvre avec un couvercle et laisse cuire sur feu moyen 5 minutes.
- Retire du feu et laisse reposer 4 minutes sans retirer le couvercle !
- Remets ta poêle sur feu moyen, retire le couvercle, retourne délicatement tes pancakes et laisse cuire 3 minutes.
- Plante un cure dent au centre de tes pancakes : Si il ressort sec c'est prêt ! Si ce n'est pas le cas, prolonge la cuisson.
- Retire délicatement le papier cuisson ou passe une lame de couteau sur le bords de tes cercles pour les démouler délicatement.
- Déguste tes pancakes fluffy avec du sirop d'érable ou des fruits frais !

CONSERVATION

Les pancakes fluffy se dégustent encore tièdes immédiatement !