

# Sublime Pancakes

écrit par Karim

Enfin des pancakes rapide à réaliser et qui ne ressemble pas à des crêpes bretonnes. Ça paraît évident mais pour avoir essayé des dizaines de recettes, je peux vous assurer que ce n'était pas aussi simple. Certains vous disent d'utiliser de la levure de boulanger pour avoir des pancakes épais alors que d'autres vous recommandent vivement d'éviter les grumeaux en mélangeant énergiquement. Je ne sais pas pour vous mais moi j'adore les commentaires, parfois ils se révèlent très utiles quand on cherche désespérément une information singulière qui va nous sauver.

Je vous livre une recette simplissime, que vous pouvez préparer à la dernière minute et qui ne nécessite aucun temps de repos. Et en bonus, la petite astuce qui permet d'avoir des pancakes épais, moelleux et délicieux.

Avec cette astuce, vous allez comprendre pourquoi parfois fois le mieux est l'ennemi du bien. A vouloir trop en faire, on obtient le contraire de ce que l'on recherche.

Il faut compter environ **5 minutes de préparation et 3 minutes de cuisson par pancake** pour se faire plaisir au petit déjeuner ou au goûter.

## Ustensiles nécessaires pour la recette :

- 1 bol pâtissier
- 1 fouet plat métallique
- 1 poêle anti-adhésive
- 1 spatule à crêpes

## Ingrédients pour 10 pancakes:

- 150 g (15 cl) de lait à température ambiante
- 1 œuf entier + 1 jaune
- 25 g de beurre fondu
- 2 pincées de sel
- 10 g de sucre
- 8 g de levure chimique
- 115 g de farine
- Un peu d'huile de pépin de raisin

## Étapes de préparation :

Avant de commencer, lisez toutes les étapes au moins une fois et préparez tous vos ingrédients.

Faire fondre **le beurre** (25 g). Réserver.

Dans un grand bol pâtissier, verser **la farine** (115 g) et **la levure chimique** (8 g) tamisées. Ajouter les **2 pincées de sel** et le sucre (10 g). Mélanger le tout.

Dans un second bol pâtissier, verser **le lait** (150 g) puis **les œufs** et enfin **le beurre fondu** (25 g). Mélanger au fouet plat métallique.

Faire un puits et verser toute la préparation liquide au centre.

**Astuce** : fouetter impérativement avec un fouet plat métallique pour ne pas corser la pâte. Avec un fouet traditionnel, vous obtiendrez trop rapidement une pâte trop lisse et au revoir les merveilleux pancakes.

Mélanger progressivement mais surtout lentement et pas plus de **30 secondes** maximum.

L'objectif est d'obtenir une pâte plutôt grossière et collante. C'est ainsi que vous parviendrez à avoir des pancakes épais et moelleux.



Dans une poêle chaude légèrement huilée, verser une louche de préparation.

**Conseil** : pour ne pas brûler les pancakes, je vous conseille de faire une cuisson plutôt lente. Pour ma part, la plaque à induction est réglée sur **7** (7 sur 15).

Dès l'apparition de petites bulles, retourner le pancake avec une spatule à crêpe.

Pour moi, la cuisson recto-verso nécessite **3 minutes**.





Je me posais la question depuis un moment mais je n'ai jamais vraiment pris le temps de comprendre le pourquoi du comment.

« *Pourquoi la face qui commence à cuire obtient toujours une jolie coloration alors que la seconde face l'est beaucoup moins ?* »

La réponse est simple : on ne graisse jamais la poêle lorsqu'on retourne le pancake. C'est d'ailleurs pour cette raison qu'il est visuellement conseillé de huiler la poêle entre chaque pancake.

**Important** : déposer-les sur une grille de refroidissement.

### **Informations utiles :**

→ J'ai fait un essai avec de la levure de Boulanger, je n'ai pas trouvé cela très concluant d'autant plus qu'il faut laisser gonfler la pâte. Pour ceux qui veulent essayer, il suffit de remplacer la levure chimique par 4 g de levure de Boulanger et respectez un temps de repos d'une heure.

→ Utiliser de préférence un fouet plat métallique et pas un fouet classique pour éviter de corser la pâte et la rendre trop fluide. A défaut, utiliser une fourchette (je n'ai jamais essayé c'est un collègue qui me l'a suggéré).

→ La grille de refroidissement va permettre de les faire refroidir plus rapidement,

tout en laissant circuler l'air sous les pancakes afin d'éviter la création de vapeur et d'humidité qui détrempe les préparations. A défaut, utiliser la grille du four c'est une amie qui me l'a suggérée.

→ Utiliser de préférence une crêpière anti-adhésive pour la cuisson.

→ Vous remarquerez que la première cuisson est légèrement moins gonflé que les suivantes. Plus la poêle est chaude, plus les pancakes gonflent. C'est un peu comme pour les crêpes bretonnes, les premières ne sont jamais très belles.

→ Adapter le temps de cuisson en fonction de la taille des pancakes et de l'épaisseur de la poêle (et oui ça compte aussi).

→ Vous pouvez utiliser un pinceau pour graisser la poêle.

→ La pâte se conserve au frais, j'ai essayé et ça marche bien.

Prenez le temps de cuisiner et surtout, faites-vous plaisir ...