

Pancakes banane cannelle

Ingrédients

- 1 banane bien mûre
- 2 œufs moyens
- 85g d'amandes en poudre
- 1/4 c. à café de cannelle moulue
- 1 c. à café d'édulcorant
- 55ml de lait entier
- 50g de noix de pécanhachées
- Huile de tournesol pour la friture
- Double crème, pour le service
- Sirop d'érable, pour le service



Préparation

Temps de préparation : 15 min

Temps de cuisson : 15 min

Nbre de personnes : jusqu'à 8

- Écrasez la banane dans un bol à l'aide d'une fourchette.
- Ajouter la purée de banane dans le bol du robot ainsi que les œufs.
- Ajouter les amandes en poudre, la cannelle, l'édulcorant et le lait en utilisant le fouet à la vitesse 1. Bien mélanger.
- Ajouter la moitié des noix de pécan et mélanger à nouveau à la vitesse 1 jusqu'à ce que tout soit bien mélangé.
- Verser dans un pichet et laisser reposer 3 minutes.
- Chauffer une poêle antiadhésive à feu moyen. Huiler légèrement la poêle et, avec une grande cuillère, étaler la pâte en pâtés dans la poêle, d'environ 8 à 10 cm de diamètre.
- Cuire les pancakes d'un côté pendant 1 à 2 minutes ou jusqu'à ce que de petites bulles apparaissent à la surface.
- Retourner les pancakes et cuire encore une minute de l'autre côté ou jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés et les retirer. Répéter jusqu'à ce que toute la pâte soit utilisée.
- Mettre de la crème double dans le bol (propre) du robot et fouetter à vitesse moyenne jusqu'à la formation crème légèrement fouettée.
- Servir les crêpes empilées sur une assiette, napper d'une noisette de crème, parsemer du reste des noix de pécan et napper de sirop d'érable. Manger immédiatement.