

Pancakes à la banane et aux amandes

Pour 10 pancakes

1 banane

200ml de lait

130g de farine

1/2 sachet de levure

2 cuil à soupe de sirop d'érable

1 cuil à soupe d'extrait d'amande amère

Des amandes effilées

Écrasez la banane à la fourchette, versez le lait par dessus et mélangez pour diluer la banane, ajoutez la farine, la levure, l'extrait d'amande amère et le sirop d'érable. Un petit coup de mixer à bras plus tard faites chauffer une poêle huilée et versez-y la pâte en petites louches pour former les pancakes. Saupoudrez des amandes effilées sur la pâte et quand elle commence à faire des bulles retournez les pancakes. Encore quelques secondes et c'est prêt.

Astuce: pour former des pancakes bien rond, huilez des petits cercles à tarte de 10cm de diamètre, déposez-les dans une poêle bien chaude et versez la pâte à l'intérieur des cercles et pour ne pas vous brûler les doigts utilisez une pince à linge en bois pour les manipuler.