

Recipes

- [Pancakes](#)
- [Sauce blanche](#)
- [Crepes](#)

Pancakes

Ingrédients

- 25 g de sucre impalpable
- 20 g de lait
- 2 œufs
- 30 g de farine

Étapes

1. Séparer les blancs et jaunes des œufs
2. Mélanger le jaune avec la farine et le lait
3. Mettre le sucre impalpable dans le blanc d'œufs
4. Battre les blancs en neige (pour que ça tienne au poteke)
5. Mélanger le tout
6. Beurrer la poêle et le mettre en petit paquet dedans

Sauce blanche

Ingrédients

- 25g de beurre
- Farine
- Lait
- Fromage
- Sel, poivre, noix de muscade

Étapes

1. Faire fondre le beurre
2. On ajoute la farine et on mélange jusqu'à ce que ça fasse un genre de pâte solide (grains)
3. On ajoute du lait jusqu'à ce que ça soit liquide (mais un chouilla épais)
4. Ajouter du sel, poivre et noix de muscade
5. Ajouter du fromage (minimum une grosse poignée)

Crepes

Ingrédients

- 250g de farine
- 250g de lait
- 250g d'eau
- 4 oeufs
- Une pincée de sel

Etapas

1. Mélanger la farine et le sel
2. Faire un trou trou au milieu
3. Ajouter tous les autres ingrédients et bien mélanger