

GAUFRES AU COULIS DE FRUITS ROUGES




Exemple de menu:

Carottes râpées aux agrumes

Papillotes de saumon

Fondue de poireaux

Gaufre au coulis de fruits rouges

- Temps de préparation : 10 minutes - Coût: €
- Temps de cuisson : 4 min/gaufre - Ustensiles à prévoir : 2 saladiers, 1 fouet, 1 batteur, 1 gaufrier, 1 mixer
- Difficultés: 

Ingrédients pour 4 personnes :

- ◇ 70g de farine
- ◇ 60ml de lait 1/2 écrémé
- ◇ 1/2 cuillère à café de levure
- ◇ 20g de sucre
- ◇ Vanille en poudre
- ◇ 1 œuf
- ◇ 15g de beurre fondu
- ◇ 300g de fruits rouges

Séparer le jaune et le blanc de l'œuf.

Mélanger le sucre, le jaune d'œuf et la vanille puis ajouter ensuite la farine, la levure et le lait.

Battre le blanc en neige et l'ajouter à la pâte.

Préchauffer le gaufrier.

Mixer les fruits rouges (s'il y a des pépins, vous pouvez filtrer).

Faire cuire les gaufres 3 à 4 minutes au gaufrier.

Servir nappé du coulis de fruits rouges.