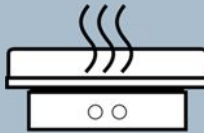


Pancakes épinard, saumon et sirop d'érable

Des pancakes sucrés-salés au épinards recouverts de tranchettes de saumon et sirop d'érable.



Entrée



Plancha



Mise en oeuvre

Faites cuire les épinards dans de l'eau bouillante 5 min. Essorez bien pour enlever toute l'eau.

Dans un mixeur, ajoutez la préparation à pancakes puis le lait et mixez l'ensemble. Ajoutez ensuite les épinards et enfin le parmesan. Mixez à nouveau.

Faites chauffer un peu de beurre dans une poêle, et à l'aide d'une grande cuillère déposez un peu de pâte à pancakes dans la poêle. Lorsque le pancake fait des bulles, retournez-le et laissez-le cuire 2-3 minutes de l'autre côté.

Déposez sur chaque tranche un peu de saumon fumé, puis arrosez de sirop d'érable par-dessus.

Ingrédients	Code SDV	Poids Net
PANCAKE MIX - Préparation pancakes	4498	230 g
PURE MAPLE SYRUP - Sirop d'érable pur n°1 m	4654	10 ml
Beurre cru		0.01 pces
Saumon fumé		0.05 pces
Lait		0.33 pces
Parmesan		0.03 pces
Epinard		0.1 pces