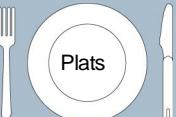


Pancakes aux épinards, oeufs au plat



Plats



Plancha

Pancakes version salée aromatisés aux épinards, servi avec oeufs au plat.



Mise en place

Dans un saladier réunir la préparation pancakes avec le lait, mélanger au fouet délicatement, ajouter les épinards cuits hachés et rendre l'ensemble homogène.
Dans une petite poêle à pancakes ou directement sur une plancha chaude et légèrement huilé, réaliser les pancakes.

Mise en oeuvre

Cuire l'œuf au plat.
Ajouter les pancakes aux épinards chauds.
Dresser avec la ciboulette, les baies roses et la demi tranche de citron jaune.

Ingrédients	Code SDV	Poids Net
PANCAKE MIX - Préparation pancakes	4498	115 g
Epinard		50 g
Lait		100 ml
Oeuf		1 pces
Ciboulette		5 g
Citron jaune		0.01 pces
Baies roses		2 g