



Pancakes à la courgette

TEMPS DE PRÉPARATION

Difficulté : Facile

Pour 2 pers.

Préparation | 15 min

Cuisson | 6-8 min

INGRÉDIENTS

- 160g de farine
- 20cl de lait ribot ou normal
- 1 courgette
- 4 œufs
- Sel, poivre

Pâte à pancake

Dans un saladier, mélangez les ingrédients secs (farine, sel). Incorporez les oeufs et le lait ribot. Mélangez.

Ajoutez la courgette râpée essorée pour enlever le plus d'eau.

Dans une poêle chaude avec un filet d'huile d'olive, faites cuire vos pancakes.

Dressage

Déposez les pancakes dans des assiettes, ajoutez une tranche de saumon, une cuillère de crème fraîche ou de fromage frais, des crudités.

Assaisonnez en sel, poivre et avec un filet de jus de citron.