



# PANCAKES AUX LÉGUMES CUITS



## QimiQ AVANTAGES

- Les garnitures sont plus fermes et stables
- Rehausse le goût des autres ingrédients
- Préparation simple et rapide



25



simplement

## INGRÉDIENTS POUR 10 PORTIONS

### POUR LES PANCAKES

**500 ml** Lait

**4** Œuf(s)

**300 g** Farine, griffig

Sel

Noix de muscade

**2 cc** Persil, finement hachées

Beurre, pour cuisson

### POUR LA FARCE

**250 g** QimiQ Base crème, non réfrigéré

**900 g** Mix de légumes de la saison

**500 g** Séré maigre

**6** Jaune(s) d'œuf

Sel et poivre

Noix de muscade

**2 cs** Persil

**6** Blanc(s) d'œuf

Beurre, pour le plat

## PRÉPARATION

1. Préchauffer le four à 160 ° C (four conventionnel)
2. Fouetter le lait, les œufs, la farine, le sel, la muscade et le persil. Laisser reposer et utiliser 4 pancakes.
3. Cuire les légumes jusqu'à ce qu'ils soient fermes sous la dent, égoutter les et les mettre de côté.
4. Fouet QimiQ Classique jusqu'à ce qu'il soit lisse. Ajouter le quark, l'œuf, le jaune, l'assaisonnement, le persil et bien mélanger.
5. Monter les blanc en neige. Incorporer les avec les légumes dans le mélange QimiQ.
6. Utiliser les deux tiers du mélange de légumes pour garnir les pancakes. Rouler, couper en deux et les disposer dans un plat graissée allant au four.