

gettyimages®



SPECIALE PANCAKE

Questa raccolta di ricette per preparare i pancake è il risultato di una lunga ricerca effettuata personalmente dopo aver provato queste meravigliose frittelle in viaggio di nozze alle Maldive. Molte sono già state provate e altre saranno provate al più presto; purtroppo non c'è il nome dell' autrice affianco a tutte perché a volte non l'ho salvato, ma comunque le ringrazio tutte perché senza di loro non sarebbe stato possibile realizzare questo libretto.

Maria Giovanna Otranto

Ecco a voi il risultato della mia ricerca:

Pancake 1 di Francesca Spalluto

Ingredienti:

2 tazze (sono tazze che anno capienza di 250ml cias,)di farina mischiata*
1, ½ tazze di latte intero
2 uova
2 cucchiaini di succo di limone
1 cucchiaio di zucchero
2 cucchiaini di lievito in polvere (io ci metto una bustina)
1 cucchiaino di buccia di arancia grattugiata o 2 cucchiaini di vaniglia estratto

Esecuzione:

Mischiare con la frusta il tutto assieme pero' riserva una tazza di latte a parte

Mischiare affinche' diventi una pastella soffice aggiungere il resto del latte quanto basta per portare la pastella in un stato scivoloso piu' tosto liquida .

Pre riscaldare la piastra o la padella ,bene imburata deve essere calda a 350gr, versare un quarto di tazza della pastella per volta (mezza coppinata) cucinare x 2 a 2,1/2m' da un lato, o affinche' saranno sotto belli dorati e sopra si saranno formati delle bollicine, girarle con una capace spatula e cucinare affinche' sono dorati di sotto

Ripetere la procedura dovrebbero venire circa una dozzina,

ps io uso un canovaccio imburato e tra una pancake e l'altra ci strofino la padella.

Pancakes di Francesca Spalluto

Ingredienti:

1 uovo 1 a ¼ tazza di acqua dipende quanto fine o grosse le vuoi
2 tazze di farina mischiata *

Esecuzione:

In una ciotola sbattere l'uovo e l'acqua quanto per mischiarli amalgamare dentro la farina 20 secondi sono sufficiente non cercare di sciogliere completamente la farina ,perche' sbattendola a lungo si attiva il gluten e la pancake viene dura come una gomma

Per cucinare queste usare una padella che regge bene il calore come ad es. Una padella di ferro o con il fondo pesante scaldarla. imburarla bene, e versarvi sopra la pastella facendola cadere a filo al centro della padella roteare la padella affinche si e' coperto il fondo cucinare x 1 m'o affinche si saranno formate delle bollicine sopra girarla e cucinarla dell'altra parte deve venire come un disegno di merletto pero' non si deve rompere e questo ci vuole un po' di pratica prima che fai delle perfette pancake.

* La farina mischiata qui la vendono già pronta, però si può fare la mistura a casa e che puoi conservare in dispensa.

Questa e per una grossa quantità.

9 tazze di farina generale o di grano duro
5 cucchiaini di lievito in polvere
1 cucchiaio di sale 1 ½ tazze di latte in polvere magro

¼ di tazza di zucchero

1 tazza di strutto,

mischiare il tutto nel robot affinché è bene amalgamato, deve sembrare “umida”;
conservarla ben chiusa nei contenitore si mantiene per circa 6 mesi in luogo fresco.

Pancakes di Delia Smith

Ingredienti: Per circa 6 pancakes

4 fl oz (120 ml) latticello (da noi non si trova, usa metà latte e metà acqua)

5 oz (150 g) farina 00

1/2 cucchiaino di lievito per dolci

un pizzico di sale

3 grosse uova sbattute

circa 1-2 oz (25-50 g) di lardo

Per servire:

sciroppo d'acero o panna fresca

Esecuzione:

Innanzitutto setaccia la farina con il lievito e il sale in una capace ciotola e fai la fontana. In un bricco mescola il latticello con 75 ml di acqua fredda e versala gradatamente nella farina mescolando bene dopo ogni aggiunta di liquido. Incorpora le uova e mescola bene sino ad ottenere una pastella morbida.

Ora poni sul fuoco una larga padella (antiaderente) e ungilala con 2 cucchiaini di lardo: non appena il grasso è bollente versaci 2 o 3 cucchiaiate di pastella stendendola bene.

Ci vorrà circa 1 minuto affinché diventi colorita, allora girala con una spatola e cuicila dall'altra parte stando attenta a non scottarti con il grasso bollente. Ci vorranno ancora circa 45 secondi per cuocere l'altra parte; dopo questo tempo il pancake sarà gonfiato come un piccolo soufflé. Mettilo su carta assorbente da cucina per assorbire il grasso in eccesso.

Ripeti il procedimento con il resto della pastella, ungendero con lardo se necessario. Tieni i pancakes in caldo in forno a bassa temperatura, quindi goditeli come meglio credi dopo che ciascuno si è seduto per gustarli non appena pronti.

..se ti scrivo direttamente,ma non voglio essere scortese con Edy che gentilmente ti ha tradotto la ricetta dei pancakes.Ho trovato un errore nella traduzione:lard in inglese non è solo"lardo",come da noi,ma è anche strutto,che in questo caso è certamente più giusto.Ti consiglio di ungero semplicemente la padellina e di non mettere 2 cucchiaini,perchè il gusto dello strutto è molto intenso.

PANCAKES di Manuki

Una tazza=250ml

Ingredienti:

1 1/2 tazze di farina

3 1/2 cucchiaini di lievito per dolci o 3/4 cucchiaino (abbondante) di bicarbonato

1/2 cucchiaino di sale

1 cucchiaio di zucchero

1 1/4 tazza di latte

1 uovo

3 cucchiaini di olio extravergine o di burro sciolto

Esecuzione:

Combinare farina, zucchero, sale e lievito in una terrina. Fare attenzione che il lievito non rimanga grumoso (magari passarlo attraverso un colino).

In una seconda terrina mischiare l'olio, l'uovo ed il latte. Amalgamare bene.

Incorporare gli ingredienti secchi in quelli liquidi mescolando fino a che la farina non avrà assorbito bene il liquido e il composto risulterà liscio.

Scaldare una padella dal fondo pesante fino a circa 180 gradi. Per vedere che la padella abbia la giusta temperatura provate a fare questo esperimento con dell'acqua: Lasciate cadere delle gocce d'acqua sulla padella. se queste bolleranno e si sposteranno per la padella per diversi secondi prima di evaporare completamente avete la giusta temperatura.

A questo punto passate un velo d'olio sulla padella e poi versate 1/4 di tazza di pastella sulla padella. Lasciare cuocere fino a che i bordi e il fondo siano ben dorati e poi girare. e cuocere l'altro lato.

Il primo pancake vi servirà per aggiustare la temperatura. Non girare troppo i pancakes e non schiacciarli con la spatola per non sgonfiarli.

Servirli caldi con dello sciroppo d'acero, miele di melata oppure una salsina fatta con frutta e un po' di zucchero. Se volete tenerli in caldo disponeteli su una placca da forno ricoperta di carta da forno e metterli nel forno caldo. Il consiglio è però di mangiarli appena fatti anche se ognuno deve aspettare il suo!

Possibili sostituzioni o aggiunte:

sostituire 2 albumi all'uovo intero per ridurre il contenuto di grassi

sostituire parte della farina con farina integrale o di grano saraceno (fino ad 1 tazza e 1/4 i risultati sono stati buoni). Se si usa farina integrale potrebbe essere necessario usare più latte.

aggiungere frutta affettata al pancake una volta versato il liquido sulla padella, poi girare e cuocere normalmente il lato con la frutta.

aggiungere semi di sesamo, papavero o girasole o anche nocciole, mandorle etc...

Pancake

Ingredienti:

150 gr farina

1 cucchiaio di zucchero

2,5 dl latte

1 uovo

20 gr burro fuso freddo

3 cucchiaini di lievito per dolci

Esecuzione:

Mescolare la farina con il lievito e lo zucchero. A parte sbattere l'uovo con il burro e il latte. Unire il composto liquido a quello secco e sbattere bene. Lasciare riposare il composto per 1/2 ora in frigo. Dopo scaldare un padellino antiaderente molto bene e metterci un ricciolino di burro. Versare una cucchiata del composto nel padellino molto caldo e aspettare che si vedano delle bollicine in superficie e girare la frittellina.

Devono essere dorate non troppo. Continuate così fino a esaurire il composto.

Mettetele una sopra l'altra per non farle freddare. Dimenticavo, la frittolina non deve essere molto larga. Servitele possibilmente calde.

Pancake americani

Ingredienti:

Ingredienti per 6 persone

Farina 120 g

Latte fresco intero 120 g

Uovo 1

Burro

Sale

Esecuzione:

Setacciare la farina, raccoglierla in una ciotola con l'uovo sgusciato, il latte e un pizzico di sale.

Amalgamare il tutto lavorando gli ingredienti con un cucchiaino di legno; quando avrete ottenuto una pastella liscia, lasciatela riposare per 1 ora.

In un padellino possibilmente antiaderente scaldare una noce di burro, versare un mestolino di composto e scuotere la padella fino a ricoprire il fondo con uno strato non troppo sottile. Lasciate il pancake dorare da una parte e poi dall'altra ...e via così fino ad esaurimento della pastella. Servire, secondo l'abitudine americana, con miele o sciroppo d'acero.



Pancake

Tempo di preparazione: 45 minuti

ATTREZZATURA: Setaccio, cestello per friggere

Ingredienti:

200 g di farina

30 g di lievito in polvere

50 g di margarina

1 cucchiaino di zucchero

1 uovo

sciroppo d'acero

latte

sale

olio per friggere

Esecuzione:

Setacciate insieme la farina, lo zucchero e il lievito.

A parte, sbattete l'uovo con mezzo bicchiere di latte e adoperate questo composto per intridere il misto di farina. Aggiungete altro latte fino a ottenere una pastella semifluida.

Versate grosse cucchiainate di questo composto in una padella antiaderente molto calda e leggermente unta con la margarina per ottenere le classiche frittelle.

Rivoltate i dolcetti fino a ottenere un'uniforme doratura. Servite i pancake caldi con sciroppo d'acero. I pancake sono dolcetti statunitensi.

Pancake

I pancake sono frittelline da colazione (letteralmente: tortine fatte in padella); molto diffuse nei paesi nordici dell'Europa, sono diventate un classico della colazione negli Stati Uniti.

Ingredienti:

1 1/3 di tazza da tè di farina

2 cucchiaini da tè di lievito in polvere

1/2 cucchiaino da tè di sale

1 cucchiaio di zucchero

2 uova

1 1/4 tazza da tè di latte

3 cucchiaini di olio leggero (tipo semi vari)

Esecuzione:

In un recipiente medio, unire farina, lievito, sale e zucchero, mescolare e mettere da parte. In un altro recipiente medio, battere i bianchi d'uovo finché diventano consistenti.

In un terzo recipiente medio, senza lavare lo sbattitore, battere leggermente i tuorli.

Mescolare bene il latte e l'olio. Aggiungere i liquidi agli ingredienti solidi, mescolare finché il composto è omogeneo ed aggiungere infine i bianchi d'uovo montati.

Ungere appena e riscaldare una padella di diametro medio a fuoco moderato. Mettere circa 3 cucchiaini di composto per pancake nella padella; distribuire fino ad ottenere un cerchio di circa 10 cm. di diametro. Cuocere finché la parte superiore fa bolle ed appare asciutta; girare il pancake e cuocerlo dall'altra parte finché si scurisce.

Mangiare caldi cosparsi di miele o sciroppo d'acero.

Variazioni: coi mirtilli, col bacon, col formaggio. Per gli ultimi due tipi, meglio eliminare lo zucchero. Il bacon va tagliato a fettine, fritto prima ed asciugato, quindi mescolato al composto prima di metterlo a cuocere in padella. Il formaggio (Cheddar) va fatto a dadini e mescolato direttamente al composto prima di metterlo in padella.

Pancake

Ingredienti: Dosi per 6 pancake:

8 cucchiaini colmi di farina

1 uovo

latte (circa 1/4)

1 cucchiaino di lievito per dolci

un pizzico di sale

Esecuzione:

Mescolate l'uovo con la farina, diluite con il latte fino ad ottenere una pastella fluida ma non liquida. Aggiungete il lievito ed il sale. Fate riposare per dieci minuti.

Fate sciogliere pochissimo burro in un padellino di 15 cm di diametro, quando è caldo, versateci un mestolo di pastella, fate cuocere per tre minuti (dovrà formare una crosticina dorata e anche più che dorata), voltate e fate cuocere per altri due minuti.

Puoi tenerli in caldo nel forno a bassa temperatura mentre li fai.

Io li servo con lo sciroppo di zucchero olandese che ad Amsterdam si mangia con le loro tipiche crepe giganti. Il tabbouleh è perfetto!!!

Pancake

Un'amica di Milano una domenica mi ha portato in uno dei tanti locali che propongono una delle tendenze degli ultimi anni - il brunch! E io, naturalmente, mi sono divertita tanto che ho subito deciso di riprodurre una "homemade version" per una mattina rilassata con il mio ragazzo... il risultato? Una torta, molta frutta, spremuta e caffè americano, patate e bacon... e una pigna di pancakes con sciroppo d'acero!

Ingredienti: per 4 porzioni

280 gr. di farina

3 uova

una bustina di lievito per dolci

un cucchiaio di zucchero

1/2 litro di latte

poco burro

zucchero a velo

sciroppo d'acero

Esecuzione:

Mescolare farina, lievito e zucchero. Unire le uova e, poco alla volta, il latte.

Deve restare una pastella uniforme ma piuttosto soda. Sciogliere il burro in un padellino antiaderente. Versare mezzo mestolino di pastella (se non volete dei pancakes giganti non deve superare i 5-6 cm di diametro... il lievito la fa crescere parecchio!) e cuocere finché sulla superficie non appaiono delle bollicine. Girare con una spatola e dorare anche dall'altro lato. Spolverare leggermente con zucchero a velo e mangiare rigorosamente con sciroppo d'acero! (io l'ho trovato in erboristeria).

Pancake alla Arnold

Per quelli che come me sognavano fin da bambini di mangiarsi la colazione che si faceva Arnold

Ingredienti:

300gr di farina

½ litro di latte

½ cucchiaio di lievito in polvere

1 uovo

1 cucchiaino di zucchero
1 cucchiaino di sale
burro

Esecuzione:

In una terrina mettere la farina, l'uovo, lo zucchero, il sale e versare lentamente il latte mescolando per evitare la formazione di grumi.

Aggiungere il lievito, amalgamare e lasciare riposare 10 minuti.

Nel frattempo riscaldare bene una padellina antiaderente ed ungerla con poco burro.

Versare un mestolino di pastella ruotando la padellina in modo che si distribuisca uniformemente.

Quando cominciano a formarsi le bolle in superficie e li loro fondo si dora, con una spatola rigirare il pancake facendolo cuocere lo stesso tempo dall'altra parte.

Servire con succo d'acero, burro fuso, miele, marmellata, nutella ..

Pancake

Non so se siano come li hai mangiati tu, ma comunque questa è una ricetta che proviene dall'America.

Ingredienti:

1 uovo
125 gr di farina
15 gr di burro fuso
125 gr di latte
un pizzico di sale
1 cucchiaino di lievito

Esecuzione:

Sbattere l'uovo e unire tutto formando una pastella densa. Ungere un padellino da 10 cm di diametro, scaldarlo e versare un mestolino di pastella. Cuocere da entrambe le parti e servire caldo con sciroppo d'acero.



Frittelle Americane

Una colazione diversa... con le famose frittelle americane... semplici, veloci e leggerissime.

Ingredienti: per 8 porzioni

1 bicchiere di farina

1 bicchiere di latte

1 uovo

1 cucchiaino di lievito per dolci

1 cucchiaio di zucchero

1 cucchiaio e mezzo di burro fuso

1 pizzico di sale

succo d'acero

miele liquido

(prendere come dose un bicchiere di plastica)

Esecuzione:

Unire in una terrina la farina, lo zucchero, il lievito e il pizzico di sale. Aggiungere l'uovo, il burro e il latte. Lavorare bene. Dovreste aver ottenuto un composto semifluido. Riposare in frigo per 30 minuti in un contenitore chiuso.

Mettere sul fuoco una padella antiaderente. Versarvi sopra il composto con un cucchiaio in modo da avere una frittella. Cuocere da entrambi i lati per neanche un minuto.

Servite le frittelle calde cospargendole di sciroppo d'acero o miele liquido.

Pancake

Ingredienti:

125 g farina

1 uovo

¼ latte

30 g burro fuso (+ il burro necessario alla cottura)

40 g zucchero

1 cucchiaino di lievito da dolci

Esecuzione:

Preparare una pastella con questi ingredienti (anche nel mixer) ; scaldare un po' di burro in un padellino piccolo (diametro 20 cm) e versarvi una buona cucchiaia di impasto ; cuocere sui due lati. Via via che sono pronti, metterli su un piatto tenuto al caldo – esempio su una pentola piena di acqua calda. La versione classica vuole che si servano versandovi sopra burro fuso o sciroppo d'acero ; a me, così sembrano un po' pesanti, li preferisco spolverati di zucchero a velo, o guarniti di una cucchiaia di frutti di stagione (fragole !!) affettati e leggermente zuccherati , ripiegando poi ogni frittella sui frutti.

Variante per farlo salato:

Fai l'impasto con le stesse dosi, aggiungi un peperone rosso o giallo grigliato e spellato, ben asciugato e frullato con poco del latte che dovrai usare.

Lo allunghi col il restante latte e lo usi così.

Nell'impasto ci metti anche delle oliVe nere tagliate a tocchetti sottili. VAggiungi alla fine poco sale e pepe , magari assaggia, dipende da quante olive ci metti.

Cuoci come sopra. Vio uso delle padelline piccole, quelle da blini, antiaderenti e del diametro di cm. 12 -13.

Ne uso due in contemporanea così faccio prima.

Pancake di Daniela Mari Griner

Ingredienti: dose per circa 20 pancake

Farina bianca 00 gr. 300

Zucchero al velo gr. 30

Un cubetto di lievito di birra

3 uova intere sbattute

3 decilitri di latte

2 cucchiainate di burro fuso

un pizzico di sale

burro per la cottura.

Per servire:

burro freschissimo

sciropo d'acero oppure miele

frutta fresca

panna fresca etc.

Esecuzione:

Sciogliere il lievito in poco latte tiepido. In una ciotola mescolare la farina con lo zucchero e il sale, fare la fontana e unirvi prima il burro fuso freddo, poi le uova e il latte, amalgamando bene gli ingredienti con una frusta sino ad ottenere una pastella di giusta consistenza. Coprire con un telo e lasciar riposare per circa un'ora in luogo tiepido. Trascorso questo tempo scaldare un padellino antiaderente (io ne ho uno apposta di ghisa antiaderente), ungerlo con un niente di burro e versarvi un mestolino di impasto, facendolo girare velocemente per ottenere un bel pancake rotondo.

Cuocerlo per circa un minuto e mezzo, girarlo aiutandosi con una spatola e cuocere per un altro minuto. Tenerli in caldo sino al momento di servire.

Io li faccio anche salati, senza mettere lo zucchero, e li servo impilati (tipo panettone gastronomico) farcendo ogni strato con qualcosa di diverso e tagliandoli poi a spicchi.

Pancake con sciropo d'acero

Ingredienti:

120 gr di farina bianca.

1 pizzico di sale.

2 uova.

200 ml di latte intero

1 cucchiaio di zucchero di canna.

Sciropo d'acero.

20 gr di burro più un'altra piccola quantità per friggere.

Esecuzione:

In una terrina setacciate bene la farina, aggiungete lo zucchero ed il sale e formate una fontana. In un'altra terrina sbattete i tuorli d'uovo poi aggiungete, a temperatura ambiente, il latte ed il burro e lavorate bene con una frusta il tutto.

A poco a poco incorporate il composto ottenuto alla fontana di farina precedentemente preparata finchè otterrete un pasta spessa, ma priva di grumi.

In un altro recipiente sbattete gli albumi a neve ed incorporateli all'impasto.

A fuoco medio scaldate una padella antiaderente e con del burro formate una leggera pellicola oleosa sulla sua superficie.

Con un cucchiaio versate l'impasto poco alla volta e fate dorare ciascuna faccia per un minuto circa.

I pancake caldi serviti alla giapponese vanno disposti sul piatto a formare una piccola "torre" composta da tre o quattro pezzi con un po' di sciroppo d'acero versato sopra alla pila ed un quadratino di burro sulla cima della "torre"!

PANCAKES di Annamaria Romano

Ingredienti:

1 tazza e $\frac{1}{4}$ di farina setacciata

3 cucchiaini da tè di polvere lievitante

1 cucchiaio da tavola di zucchero

$\frac{1}{2}$ cucchiaino da tè di sale

1 uovo sbattuto

1 tazza di latte

1 cucchiaio di olio

Esecuzione:

Setacciare insieme la farina, il lievito, lo zucchero e il sale.

Unire all'uovo sbattuto il latte e l'olio, mischiare ed aggiungere alla farina.

Mescolare fino ad ottenere una pastella grumosa.

Versare $\frac{1}{4}$ di tazza alla volta sulla piastra calda. Girare i pancake quando la superficie inizia a fare le bolle.

Servire con succo d'acero o con marmellata.

Questa è la ricetta di una mia cugina americana, prova e vedi se ti ricorda la tua (mi sembra la Ricerca del tempo perduto.. speriamo si trasformi nel Tempo ritrovato!).

PANCAKES.... AMERICANI di Paola Lancione

Ingredienti: per 6 persone

Farina 120 g

Latte fresco intero 120 g

Uovo 1

Burro

Sale

Esecuzione:

Setacciare la farina, raccogliarla in una ciotola con l'uovo sgusciato, il latte e un pizzico di sale.

Amalgamare il tutto lavorando gli ingredienti con un cucchiaio di legno; quando avrete ottenuto una pastella liscia, lasciatela riposare per 1 ora.

In un padellino possibilmente antiaderente scaldate una noce di burro, versare un mestolino di composto e scuotere la padella fino a ricoprire il fondo con uno strato non troppo sottile. Lasciate il

pancake dorare da una parte e poi dall'altra ...e via così fino ad esaurimento della pastella. Servire, secondo l'abitudine americana, con miele o sciroppo d'acero



Pancake di Ricotta di Paola Lancione

Ingredienti:

250ml di ricotta
4 bianchi d'uovo
4 rossi
125 ml di farina
50 ml di zucchero
una buccia di limone grattugiata
2 cucchiaini di burro
zucchero a velo per guarnire

Esecuzione:

Mettere la ricotta, i rossi d'uovo, farina, zucchero e buccia di limone in una ciotola e amalgamare bene. Aggiungere il burro sciolto (io lo metto nel microwave per alcuni secondi)

Montare gli albumi a neve e incorporare gentilmente nella ricotta.

Riscaldare la padellina che si userà per cucinare i pancake.. io ci metto un pochino di burro..

Fare i pancake grandi a vostro piacere, io metto due cucchiaini per pancake... cucinare per 2-3 minuti per lato,,

se vi piace si può servire con lo zucchero a velo....

US PANCAKES

Ingredienti:

120 g di farina
2 dl di latte
1 uovo
30 g di burro
1 cucchiaino da tè di lievito in polvere
1 cucchiaio di zucchero
1/2 cucchiaino da caffè di sale

1 puntina di bicarbonato

Esecuzione:

Setacciate la farina insieme al lievito e al bicarbonato lasciandola cadere dentro una ciotola.

Unitevi il sale e lo zucchero e amalgamatevi il latte, l'uovo sbattuto e il burro fuso.

Lavorate il composto quel tanto che basta per averlo liscio e omogeneo quindi coprite la ciotola e lasciate riposare al fresco per due o tre ore [o anche per tutta la notte.

La pastella deve risultare fluida ma piuttosto spessa.

Al momento di preparare i pancake, scaldate una piastra o una larga padella antiaderente: avrà il giusto grado di calore quando, lasciandovi cadere una goccia d'acqua, questa saltellerà prima di evaporare.

Ungete leggermente la piastra passandola con un tampone di carta da cucina imbevuto d'olio (io uso il burro) e versatevi a cucchiaiate l'impasto che, allargandosi, dovrà formare delle focaccine del diametro di 8-10 cm.

Un mestolino non troppo pieno è la giusta dose.

Lasciate cuocere per quattro o cinque minuti, fino a quando sulla superficie della focaccina si formeranno delle grosse bolle.

Giratele con una spatola e lasciate cuocere anche dall'altra parte.

Tenete i pancake in caldo dentro al forno mentre preparate gli altri e serviteli ben caldi.

I pancake sono uno degli ingredienti tradizionali del breakfast americano. Imburati e cosparsi di sciroppo d'acero vengono serviti insieme alle uova strapazzate e al bacon arrostito. Il risultato è un piatto molto piacevole che vale la pena di provare. I pancake caldi sono comunque ottimi anche semplicemente con burro e marmellata o gelatina di frutta.

PANCAKES di Alda Muratore

Ingredienti:

125 g farina,

1 uovo,

¼ latte,

30 g burro fuso (+ il burro necessario alla cottura),

40 g zucchero,

1 cucchiaino di lievito da dolci.

Esecuzione:

Preparare una pastella con questi ingredienti (anche nel mixer) ; scaldare un po' di burro in un padellino piccolo (diametro 20 cm) e versarvi una buona cucchiaiatina di impasto ; cuocere sui due lati. Via via che sono pronti, metterli su un piatto tenuto al caldo – esempio su una pentola piena di acqua calda. La versione classica vuole che si servano versandovi sopra burro fuso o sciroppo d'acero ; a me, così sembrano un po' pesanti, li preferisco spolverati di zucchero a velo, o guarniti di una cucchiaiatina di frutti di stagione (fragole !!) affettati e leggermente zuccherati , ripiegando poi ogni frittella sui frutti.

PANCAKES di María Esther Colciago de Otero

Ingredienti:

3 tazze di farina
1 cucchiaino di sale
5 cucchiaini de lievito per dolci
3 cucchiari di `zucchero
2 tuorli
2 1/4 tazze di latte
2 albumi
2 cucchiari di burro fuso

Ingredienti:

Setacciare insieme la farina con il sale, il lievito e lo zucchero, mescolare e aggiungere i tuorli un po' sbattuti, il latte, il burro fuso, aggiungere poi con attenzione gli albumi montati a neve ferma. Cucinare su una " plancia " placca sufficientemente calda che quando butti delle gocce di acqua fredda queste ballino.

Ungere la placca con un pezzeto di pancetta che si passerà con una forchetta.

Con un mestolo mettere un poco della crema su un solo posto perchè il pancake si formerà solo.

Girarlo quando la superficie del pancake si saranno formate delle bollicine.

Le misure che io uso sono tazze da tè, cucchiari di minestra e cucchiaini da caffè.

PANCAKES di Eileen Nan Cartoon

Ingredienti:

1-2 uova ben battute
1 1/2 tazze scarse di latte
2 cucchiaie di burro fuso
2 tazze di farina
3 cucchiaini di lievito chimico
1 pizzico di sale
1 cucchiaio di zucchero

Esecuzione:

Mescolate insieme le uova, il latte e il burro. Setacciare insieme gli ingredienti secchi ed aggiungere al base liquido mescolando soltanto finché liscio. In una padella antiaderente, leggermente imburato versare l'impasto, piccoli mestoli alla volta. Lasciare finché fanno bollicine in alto e che questi bollicine incominciano a rompersi. Poi rovesciare e cuocere sull'altro lato.

Di pancake ce ne sono un'infinità. I pancake che si mangiano con lo sciroppo d'acero sono tradizionalmente fatti di grano saraceno e si usano soprattutto nel Nord degli Stati Uniti ed in Canada. Vengono preparati normalmente in padellini piccoli, tipo blini (7 cm).

Anche per questa preparazione le ricette variano. Quelle che, personalmente, mi riescono meglio sono anche le più tradizionali e sono due:

RICETTA I (per circa 18 pancakes):

Ingredienti:

2 tazze di latte,
¼ di panetto di lievito
1 ¾ di tazza di farina di grano saraceno
½ cucchiaino di sale
1 cucchiaio di melassa
½ cucchiaino di bicarbonato
¼ di tazza d'acqua tiepida
1 uovo o ¼ di tazza di grasso sciolto (burro o strutto)

Esecuzione:

Scaldare, poi far raffreddare a 85°F il latte e aggiungere, mescolando finché non sarà perfettamente sciolto il panetto di lievito, poi la farina e il sale. Coprire e far lievitare in luogo riparato per 12 ore a temperatura ambiente. Aggiungere la melassa il bicarbonato sciolto nell' acqua tiepida e l' uovo o il grasso sciolto.

Cuocere in un padellino caldo, girando i pancakes dopo due o tre minuti, quando sulla superficie si formano delle bolle.

Se si mangiano più tardi tenerle in caldo in forno, sulla leccarda coperta da un tovagliolo e separando i pancakes con altri tovaglioli per evitare che si rammolliscano.

RICETTA II

Ingredienti:

½ confezione o ½ panetto di lievito
¼ di tazza d'acqua tiepida
2 tazze di latte
2 tazze di farina di grano saraceno
½ cucchiaino di sale
1 cucchiaio di melassa
1 cucchiaino scarso di bicarbonato
¼ di tazza d'acqua calda

Esecuzione:

Sciogliere la confezione o il panetto di lievito nella tazza d'acqua tiepida. Scaldare il latte e lasciarlo intiepidire. Mescolare il lievito, il latte, la farina di grano saraceno, il cucchiaino di sale, battendo la preparazione con la frusta per 2 minuti. Coprire e far riposare per tutta la notte. Il giorno successivo aggiungere la melassa, il bicarbonato e l'acqua calda. Cuocere in un padellino caldo, facendo dorare da entrambe le parti. Servire immediatamente con burro e sciroppo d'acero.

Il padellino è caldo quando qualche goccia d'acqua spruzzata sul fondo "salta".

gettyimages®



Da un libro di cucina americano di Barbara

Ingredienti: dosi per 12 pancake

125g di farina
1 bustina di lievito per dolci
1 cucchiaino di sciroppo d'acero
un pizzico di sale
150g di latte
1 grosso uovo intero

Esecuzione:

metti in una ciotola la farina, con il lievito per dolci, unisci lo sciroppo d'acero, un pizzico di sale, il latte e l' uovo intero.

mescola bene fino ad ottenere una pastella uniforme.

lascia lievitare per 30' . cuoci poi in una padellina antiaderente unta con burro o margarina(come le crepes).

la padella deve essere sufficientemente calda da far lievitare la pasta e renderla soffice.

servile con sopra una noce di burro e sciroppo d'acero caldo.

Pancake

Giusto le ho preparate questa mattina per colazione,sono velocissime:

Ingredienti:

500 ml di farina che lievita
500 ml di latte
2 uova
1 cucchiaino di sale
1 cucchiaino di zucchero
2 cucchiari di olio

Esecuzione:

Frulli il latte con le uova, il sale, lo zucchero e l'olio quindi aggiungi la farina. (io uso quell'attrezzino che sembra un bicchiere e fa cadere la farina setacciata)

Scaldare un padellino che abbia la dimensione di un piatto da frutta e versarvi 2 mestolini piccoli di composto fare cuocere da ambo i lati e servire con burro e sciroppo di acero.

Io le faccio nella cialdiera perchè è dotata di termostato e non si bruciano.

Se le desideri più croccanti separi i tuorli dagli albumi e aggiungi questi ultimi montati a neve.

Da New cook book (un libro di ricette americano) di Simona Giacomelli

Ingredienti:

1 tazza e 1/4 di farina

2 cucchiaini da tavola di zucchero granulare

2 cucchiaini da tè di lievito in polvere

1 uovo intero

1 tazza di latte

1 cucchiaio da tavola di olio

Il rapporto che mi dà il mio libro per la misura è: 1 tazza = 16 cucchiaini da tavola (rasi)

Esecuzione:

Unire farina, zucchero e lievito con un cucchiaino da tè di sale fino. Mescolare insieme l'uovo, il latte e l'olio e aggiungere il miscuglio alla farina, amalgamando tutto dolcemente fino a quando fa le bolle. Scaldare una piastra di metallo o una padellina inaderente e, quando è ben calda, versarvi un mestolino di composto, come per fare una crepe. Far cuocere rapidamente da entrambe le parti, girando i pancake quando fanno delle piccole bolle. Si mangiano caldi, accompagnati possibilmente da sciroppo d'acero.

PANCAKES di JAMIE OLIVIER

Ingredienti:

3 grandi uova

1 tazza di farina (122 g),

la punta di un cucchiaino di lievito

1/2 tazza di latte (110 ml)

un pizzico di sale

Esecuzione:

In primo luogo, separa le uova, mettendo gli albumi in una ciotola e i tuorli in un'altra. Aggiungi la farina setacciata, il lievito ed il latte ai tuorli d'uovo e miscela sino ad ottenere una pastella spessa e liscia. Sbatti i bianchi con il sale a neve ferma. Miscelali delicatamente alla pastella.

Riscalda una padellina sul gas, versa un poco d'olio su un foglio di carta da cucina e usalo per oleare la padellina.

Versa una - due cucchiate di pastella nella padellina e lascia cuocere per due minuti o fino a che non comincia sembrare dorata.

A questo punto, metti il condimento scelto sul lato crudo prima di girarla con una spatola e di "lanciare" il pancake in alto!

Continua a cuocere anche dall'altro lato sino a che entrambi non siano dorati. Puoi fare i pancake grandi o piccoli a tuo piacimento.

Puoi servirli semplicemente con del burro o sciroppo d'acero o panna o provare una delle seguenti guarnizioni:

Mais

Pancetta affumicata o pancetta

Mirtilli

Banane

Mele cotte con cioccolato

Sciroppo d'acero

Tutto quello che potreste immaginare.

P.S. Dovete provare i pancake al mais, sono grandi, ma deve essere quello fresco e non conservato!

Per averlo, rimuovi i fogli esterni della pannocchia e con la lama di un coltello tira giù tutti i chicchi.

PANCAKES di Anna Moroni

Ingredienti:

190 gr di farina

500 gr latte

70 gr zucchero di canna

1 pizzico di sale

4 uova

Esecuzione:

Setacciare in una ciotola la farina e unire, sempre mescolando, nell'ordine: il latte, lo zucchero di canna, il sale, i 4 rossi d'uovo.

Amalgamare bene, poi unire i 4 albumi montati a neve ferma. Scaldare bene un padellino antiaderente, ungere con olio e versare un mestolino di composto. Cuocere finché fa le bolle e l'orlo è dorato, quindi capovolgere e cuocere dall'altra parte. Porre su un piatto, cospargere con sciroppo d'acero. Impilare i pancake, che si possono servire anche disponendo sopra ciascuno mele o frutta di stagione tagliata sottile. Si possono fare anche salati, da servire con salumi.