

Pancake alla banana, la ricetta del dolce goloso

INGREDIENTI

- 350 g di farina autolievitante
- 1 cucchiaino di lievito per dolci
- Sale fino q.b.
- 250 ml di latte intero
- 20 g di zucchero
- 2 Banane mature (circa 80-90 g l'una)
- 2 Uovo biologiche
- 1 cucchiaino di estratto di vaniglia
- Sciroppo d'acero q.b.
- Anacardi
-

questi i semplici ingredienti per un goloso dolce come i *pancake alla banana*.

Preparazione: 15 minuti **Cottura:** 4 minuti a *pancake* **Livello:** Facile **Dosi:** per 10 *pancakes* **Preparazione:** 10 minuti **Cottura:** 45 minuti **Livello:** Facile

Prendiamo una ciotola e versiamoci la *farina lievitata* dopo averla setacciata con l'aiuto di un setaccio a maglie fini, versiamoci quindi la *bustina di lievito* e il *pizzico di sale*.

Sbucciamo le *banane* mature e in un'altra ciotola andiamo, a schiacciarle molto bene con l'aiuto di una forchetta; dovranno diventare come una *crema* liscia e vellutata.

Fatta questa operazione andiamo a rompere le uova, e aggiungiamole alle **banane** schiacciate insieme all'estratto di *vaniglia e al latte*, e mescolate.

Formiamo un cratere al centro del *mix di farina*, proprio come se fosse un vulcano, poi versate al centro il composto di **banane** e uova. Quindi mescoliamole delicatamente con la *farina* per ottenere una

crema liscia e setosa. Prendiamo ora una *padella* grande *antiaderente* e accendete il fuoco a fiamma media. Con l'aiuto della nostra inseparabile *carta da cucina*, andiamo ad ungere con il burro il fondo della *padella*.

Quando il fondo sarà sufficientemente caldo, con un mestolo prendiamo il nostro composto e versiamolo in padella, creando una forma tonda e lasciamola cuocere finché non si saranno formate delle bollicine in superficie.

Lasciamola cuocere per 2-3 minuti: quando la spatola di silicone si infilerà sotto il ***pancake*** vorrà dire si potrà girare e cuocere per altri 2 minuti dall'altra parte, fino a quando la superficie ci risulterà dorata. Continuate a preparare i ***pancake*** fino a quando avrete finito l'impasto.

Mano a mano che sono cotti, disponetele in un piatto impilati uno sopra l'altra; ora prendiamo il nostro ***sciroppo d'acero*** e versiamolo a cascata sulle nostre *frittelle* e guarniamolo a piacere con *fettine di banana* e gli anacardi tritati grossolanamente. E buona degustazione!