

GAUFRES MOELLEUSES & ÉPAISSES



Recettes100faim.fr

Ingrédients :

- 2 œufs
- Farine blanche 300g
- Lait entier ou boisson végétale (amande, soja) 400mL
- Sucre blanc/roux/de coco, muscovado ou rapadura 70g
- Levure chimique ≈ 6,6g
- Arôme : eau de fleur d'oranger ou vanille

Astuce :

Privilégier un gaufrier avec des plaques bien épaisses pour des gaufres réussies.

Préparation : 5 minutes | Cuisson : 15 minutes
Pour 5 gaufres

1. Dans un **saladier** : **fouetter** les œufs et le sucre.
2. **Ajouter** le lait ou la boisson végétale et **fouetter**.
3. **Ajouter la moitié de la farine et la levure chimique** et bien fouetter. Ajouter le reste de farine et fouetter jusqu'à obtenir une pâte sans grumeaux.
4. **Ajouter** l'arôme et fouetter.
5. Laisser reposer la pâte **1h au frais**.
6. **Huiler** les plaques du gaufrier et quand il est bien chaud, **verser** une bonne louche de pâte sur chaque compartiment. **Faire cuire les gaufres** jusqu'à épuisement de la pâte.



@Recettes100faim.fr

Margaux Letort – Diététicienne & Blogueuse Culinaire

www.recettes100faim.fr