

Pancakes à la courge

Bonjour à toutes et tous,

Alors que la saison des courges est bien démarrée et que certains (plus-si)petits gourmands ont repéré qu'Halloween est demain, je vous propose une amusante recette de courge. Elle pourrait régaler ces mêmes gourmands. ☐

Comme vous l'avez peut être lu sur le billet [du DIY toiles d'araignées](#), cette année, le plus grand a pris Halloween comme un prétexte pour organiser une soirée à se faire peur avec ses copains, en allant camper dans le (très grand jardin). Vu les températures, j'ai un gros doute sur le fait que la nuit entière se passe dehors et m'attends à voir débarquer à la maison à 22H+ un troupeau de (pré-)adolescents frigorifiés et avec la fringale de leur vie. Et oui, le grand air cela creuse.

Ce troupeau allant très certainement me retourner la cuisine, il me semble judicieux de prendre les devants et pré-préparer un (grand) « quelque chose ». J'ai cherché sur le net une idée dans l'ambiance d'Halloween, acceptable par des pré-ado, avant de tomber sur le concept de **pancakes à la courge**. Simple, efficace, et qui « *ne fait pas bébé.* »

J'ai crash testé l'idée auprès de mes gourmands pas plus tard qu'hier, idée qui a connu son succès. Pancakes colorés, moelleux, avec un petit gout de courge et tartinables à foison. J'ai fait jurer au plus grand de ne rien annoncer à ces copains, que la surprise soit entière. En attendant – et en urgence – je voulais partager l'idée avec vous. Que cela soit pour Halloween, pour un petit déjeuner de vacances, ou toute autre occasion, c'est une recette bon-plan à connaître. j'espère que cela vous plaira ☐ Bonne journée !

- PANCAKES À LA COURGE -



Pancakes à la courge



Une recette de pancakes courge faciles à réaliser, moelleux et savoureux. Une excellente recette pour les petit déjeuner d'automne

Saison de la recette : Octobre à Mars

- 150 g de farine
- 200 g de courge ((chair de courge, sans peau et graines))
- 25 g de sucre
- 1 oeuf
- 1 cuillère à soupe d'huile de tournesol
- 100 ml de lait
- 1/2 sachet de levure chimique
- 1 pincée de sel
- huile pour la cuisson

1. Faites cuire la courge à la vapeur puis réduisez la en purée.
 2. Disposez la farine, sucre, levure, sel dans un saladier.
 3. Ajoutez l'œuf, la purée de courge, l'huile et mélangez bien pour homogénéiser.
 4. Incorporez progressivement le lait en fouettant mieux de manière à éviter les grumeaux.
 5. Faites chauffer une poêle antiadhésive légèrement huilée. Pour cuire les pancakes : disposez une grosse cuillère à soupe de pâte, étalez légèrement, laissez cuire jusqu'à ce que des bulles se forment au dessus, retournez et terminez la cuisson 1 minute. Itérez jusqu'à épuisement de la pâte.
 6. Servez ces pancakes tièdes ou à température ambiante
- Sur la courge : tout type de courge peut fonctionner dans cette recette.
 - Selon le type de courge que vous utilisez, la pâte à pancakes pourra

être un peu épaisse. N'hésitez pas à augmenter la quantité de lait au besoin.

- Pour plus de gourmandise, vous pouvez ajouter des raisins secs ou des pépites de chocolat.

Brunch, Petit déjeuner
Française
pancakes courge



© Au Fil du Thym

Pancakes à la courge