

Gaufres de patate douce



QUANTITÉ

12 gaufres



PREPARATION

10 minutes



REPOS

Non



CUISSON

30 minutes

CE QU'IL VOUS FAUT :

- 200g de patate douce (soit une petite patate douce)
- 200g de farine de blé bio
- 2 œufs
- 2 cuillères à soupe de lait non sucré (animal ou végétal)
- 1 sachet de levure
- 1 pincée de paprika
- Du sel et du poivre



Épluchez votre patate douce, coupez la en cubes et faites la cuire pendant une quinzaine de minutes. Égouttez les morceaux de patate douce.

A l'aide d'un presse-purée ou d'un blender/mixeur, réduisez-les en purée.

Plus la purée est lisse, mieux c'est.

Ajoutez la farine, les œufs, le lait et la levure, le paprika, le sel & le poivre et mélangez bien.

Réservez au frigo une dizaine de minutes.

Huilez votre gaufrier avec de l'huile de coco (ou tout autre huile végétale - olive, sésame...).

Posez une grosse cuillère à soupe de pâte au centre du gaufrier.

Laissez cuire environ 5 minutes (cuisson à adapter selon votre gaufrier).

Et voilà, y'a plus qu'à les manger natures avec une salade ou accompagnés.

Astuce : vous pouvez aussi intégrer d'autres ingrédients à la pâte, comme par exemple du gruyère râpé, des lardons,...